

骨粗鬆症（こつそしょうしょう）外来質問票

年 月 日

お名前 _____

できるだけご自分でお答え下さい。質問の意味がわかりにくい場合は、診察時に担当医にお聞き下さい。

[1] 下記の中で現在わかっている、または今までにかかったことのある病気に○を付けてください。

- | | | | | |
|-----------------|--------------------|----------|---------|--------|
| 1. 肺の病気 | 2. 心臓の病気 | 3. 高血圧 | 4. リウマチ | 5. 糖尿病 |
| 6. 血液の病気 | 7. 腎臓の病気 | 8. 肝臓の病気 | 9. 脳卒中 | |
| 10. パーキンソン | 11. 副甲状腺、甲状腺の病気、手術 | | | |
| 12. 子宮、卵巣の病気、手術 | 13. 乳腺の病気、手術 | 14. 尿失禁 | | |
| 15. 胃の病気、手術 | | | | |

[2] 今まで一番背が高かったときの身長、重かったときの体重を教えてください。

最高身長： cm（ 才頃） 最高体重： kg（ 才頃）

[3] 女性の方にお聞きします。

- | | | | |
|---------------------------|----------------|----|----|
| 1. 初潮はいつでしたか | 才 | | |
| 2. 今、生理はありますか | | | |
| ある | 整（ 日周期） | 不順 | |
| 3. 今までの妊娠回数 | 回（流産、中絶を含みます） | | |
| 今までの出産回数 | 回 | | |
| 4. 子宮内膜症と言われたことがある | | ある | ない |
| 5. 子宮内膜症の治療をしたことがある | | ある | ない |
| 6. 排尿について困ったことがある | | ある | ない |
| 7. 子宮、膀胱が下垂していると言われたことがある | | ある | ない |

[4] お酒、タバコについてお聞きします。

1. タバコを吸いますか

現在吸っている 1日の平均本数： 10本未満 10～20本 20～40本 40本以上

喫煙年数：約 年

以前吸っていた 1日の平均本数： 10本未満 10～20本 20～40本 40本以上

喫煙年数：約 年

習慣的に吸ったことがない

2. お酒は飲みますか

1. 現在もよく飲んでいる 2. 以前まで飲んでいた
3. 今までほとんど飲んでいない

1. 2. に○をつけた方はお答え下さい。2. の方は飲んでいたときのことをお答えください。

平均で1週間に 回

- 1回の酒量 1. ビール1本または日本酒1合またはウイスキー水割り2杯未満
2. ビール2本または日本酒2合またはウイスキー水割り4杯未満
3. ビール2本または日本酒2合またはウイスキー水割り4杯以上

飲酒期間 才から 才まで または現在まで

[5] 食事についてお聞きします。次の食品を飲む、又は食べる頻度をお答え下さい。

- | | | | | | |
|----------|------|-------|-------|----------|------|
| 1. 牛乳 | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど飲まない | 飲まない |
| 2. チーズ | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど食べない | 食べない |
| 3. ヨーグルト | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど食べない | 食べない |
| 4. 小魚 | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど食べない | 食べない |
| 5. 緑黄色野菜 | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど食べない | 食べない |
| 6. 豆腐 | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど食べない | 食べない |
| 7. 納豆 | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど食べない | 食べない |
| 8. 肉 | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど食べない | 食べない |
| 9. 魚 | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど食べない | 食べない |
| 10. コーヒー | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど飲まない | 飲まない |
| 11. 日本茶 | ほぼ毎日 | 週3~4回 | 週1~2回 | ほとんど飲まない | 飲まない |

[6] 運動についてお聞きします。

現在下記にあげたような運動をしていますか。頻度をお答え下さい。

1. 散歩

毎日30分以上 毎日30分未満 週3~4回30分以上 週3~4回30分未満
週1~2回30分以上 週1~2回30分未満 していない

2. 体操

毎日30分以上 毎日30分未満 週3~4回30分以上 週3~4回30分未満
週1~2回30分以上 週1~2回30分未満 していない

3. テニス、ゲートボールなどのスポーツ（具体的な項目 ）

毎日30分以上 毎日30分未満 週3~4回30分以上 週3~4回30分未満
週1~2回30分以上 週1~2回30分未満 していない

4. 買い物などの外出

毎日30分以上 毎日30分未満 週3~4回30分以上 週3~4回30分未満
週1~2回30分以上 週1~2回30分未満 していない

5. その他意識して続けている運動がありましたらお書き下さい。

