

Pangkalahatang Pagsusuri ng Kalusugan Medikal na Palatanungan

Ang form ng pagsusuring ito ay ginagamit para sa layunin ng pag-alam ng kumpanya sa kalagayan ng kalusugan ng mga manggagawa, pag-iwas sa sakit sa utak o puso, at pag-iwas sa paglala ng mga sakit na may kaugnayan sa lifestyle.

記入日 令和 年 月 日

Petsa ng pagbuno taon buwan araw

※Mangyaring isulat ito sa Hapon.

個人情報 personal na impormasyon

フリガナFurigana		性別Kasarian	生年月日 Petsa ng kapangana kan	年 月 日 歳
氏名Pangalan		男・女 Lalaki/Babae		
住所 address	〒		電話番号 numero ng telepono	自宅 bahay () 携帯 cell phone ()
国籍 nasyonalidad			日本語 Wikang Hapon	分かる Naiintindihan ko. ・ 難しいMahirap.

会社情報 impormasyon ng kumpanya

会社名Pangalan ng Organisasyon kumpanya		電話番号 numero ng telepono	
会社住所 address ng kumpanya	〒 * Para sa mga kukuha ng health check-up sa ilalim ng Kyōkai Kenpo, pakisulat ang address ng inyong kumpanya.		
業務歴 kasaysayan ng trabaho	☐ 事務 Pang-administrasyong trabaho	☐ 営業 Pagbebenta	☐ 設計 Disenyo
	☐ 販売 Pagtitinda	☐ 技術 Teknolohiya	☐ 工事・設備 Konstruksiyon/Pasilidad
	☐ コンピュータ関連Tungkol sa kompyuter	☐ 運転 Pagmamaneho	☐ その他 Iba pa ()

既往歴 kasaysayan ng medikal

高血圧 Alta presyon	糖尿病 Diyabetis	不整脈 Arrhythmia	脂質異常症 Dyslipidemia
貧血 Anemia	痛風 Gout	胃・十二指腸潰瘍 Ulser sa sikhura at duodenum	肝機能障害 Liver dysfunction
その他 Iba pa ()			

自覚症状 subjektibong sintomas

日中の眠気 Pagkaantok sa araw	夜間目が覚める Pagkagising sa gabi	いびきをかく Paghihilik
胃もたれ、胸やけ/Kabag Heartburn	便秘 Constipation	下痢 Diarrhea
動悸・息切れ/Palpitasyon Paghingal	肩こり・腰痛 Pananakit ng balikat Pananakit ng likod	めまいPagkahilo
その他 Iba pa ()		

※ Pakiusap, sulatan din ang likurang bahagi.

No	Mga katanungan	Mga sagot
	【食後の時間】 Ilang oras na ang lumipas pagkatapos kumain?	10 oras o higit pa ▪ 3.5 hanggang 10 oras
1	【血圧】 Gumagamit po ba kayo ng insulin injections o mga gamot na pampababa ng blood sugar ngayon?	いいえHindi ▪ はいOo
2	【血糖】 Umiinom ka ba ngayon ng gamot para sa mataas na presyon ng dugo?	Hindi ▪ Oo
3	【脂質】 Gumagamit po ba kayo ngayon ng gamot para sa mataas na kolesterol o triglycerides?	Hindi ▪ Oo
4	【脳卒中】 Mayroon ka bang karanasan na nadiagnose na may cerebral stroke (cerebral hemorrhage, cerebral infarction, atbp.) o karanasan na nagpagamot para sa mga sakit na ito.	Hindi ▪ Oo
5	【心臓病】 Mayroon ka bang karanasan na nadiagnose na may sakit sa puso (angina pectoris, myocardial infarction, atbp.) o karanasan na nagpagamot para sa mga sakit na ito?	Hindi ▪ Oo
6	【腎臓病】 Mayroon ka bang karanasan na nadiagnose na may sakit sa chronic kidney disease o kidney failure, o karanasan na nagpagamot para sa mga sakit na ito (tulad ng dialysis atbp.)?	Hindi ▪ Oo
7	【貧血】 Mayroon ka bang karanasan na nadiagnose na may anemia?	Hindi ▪ Oo
8	【喫煙】 Sa kasalukuyan, ikaw po ba ay naninigarilyo? (*Ang depinisyon ng “sinong kasalukuyang naninigarilyo” ay nakapag-sigarilyo ng higit sa 100 pirasong sigarilyo hanggang ngayon, o naninigarilyo nang higit sa 6 na buwan” na kasalukuyang naninigarilyo pa rin.)	① いいえ Hindi ② 過去 Dati akong naninigarilyo. ③ はい Oo
9	【体重増加】 Tumaas ba ng higit sa sampung kilo ang inyong timbang kumpara sa edad mo noong ikaw ay 20 anyos?	Hindi ▪ Oo
10	【運動】 Nakaugalian mo ba ang pag-eehersisyo na medyo napapawisan ka ng higit sa 30 minuto ng 2 beses sa kada-1 linggo nang higit sa isang taon?	Hindi ▪ Oo
11	【身体活動】 Nakagawian mo bang maglakad o magkaroon ng pisikal na aktibidad na katumbas nito ng mahigit sa 1 oras araw-araw?	Hindi ▪ Oo
12	【歩行速度】 Ang bilis ba ng iyong paglalakad ay mas mabilis kumpara sa iba na kaparehong edad at kasarian?	Hindi ▪ Oo
13	【食べる状態】 Alin dito ang iyong kundisyon sa pag-kagat ng pagkain? ①何でも ②気になる部分あり ③かめない	①Nakakakagat ng kahit anong pagkain ②May mga hindi nakakagat dahil mayroon kang problema sa pagkagat atbp. sa ilang parte ng ngipin at gilagid ③Halos hindi makakagat
14	【食べる速度】 Mas mabilis ka bang kumain kung ikukumpara sa iba?	①速いMabilis②ふつうNormal③遅いMabagal
15	【就寝前食事】 Kumakain ka ba ng hapunan sa loob ng 2 oras bago matulog ng mahigit sa 3 beses sa isang linggo?	Hindi ▪ Oo
16	【間食】 Maliban sa oras ng agahan, tanghalian at hapunan, kumakain ka ba ng snacks at umiinom ng matamis?	①毎日Araw-araw ②時々Paminsan minsan ③ほとんどないHalos hindi kumakain
17	【朝食】 Ikaw ba ay hindi kumakain ng agahan ng 3 beses sa 1 linggo?	Hindi ▪ Oo
18	【お酒の頻度】 Gaano ka kadalasan uminom ng alak? (Japanese sake, shochu, beer, at ibapang alak) ①毎日②週5~6 ③週3~4日④週1~2日 ⑤月1~3日⑥月1日未満 ⑦やめた⑧飲まない	①Araw-araw②5 hanggang 6 na araw sa isang linggo. ③3 hanggang 4 na araw sa isang linggo.④1 hanggang 2 araw sa isang linggo.⑤1 hanggang 3 beses sa isang buwan. ⑥Mas mababa sa 1 araw sa isang buwan.⑦Huminto na. ⑧Halos di uminom
19	【飲酒量】 Gaano karami ang iyong iniinom ng alak kung ipapaliwanag mo ito sa “Gou” (unit ng Japanese sake)? Japanese sake 1 gou (180 ml) ay halos katumbas sa isang medium na bote ng beer (500 ml), shochu 25 degree (110 ml), double whisky (60ml), o 2 baso ng wine (240 ml)	①Mas mababa sa 180 ml ②180-360 ml ③360-540 ml ④540-900ml ⑤Higit pa sa900ml
20	【睡眠】 Sapat at maayos ba ang iyong pahinga at pagtulog?	Hindi ▪ Oo
21	【生活習慣改善】 Nais mo bang mapabuti ang inyong ugali ng lifestyle tulad ng pagkain at pag-eehersisyo? ①改善しない ②6か月以内に改善予定 ③1か月以内に改善予定 ④6か月以内に取組済 ⑤6か月以上取組済	① Walang balak mapabuti ②Gustong mapabuti (humigit-kumulang sa loob ng 6 na buwan) ③Gustong mapabuti sa hinaharap (sa loob ng isang buwan) at unti-unting uumpisahan na ④Ginagawa ng mapabuti (kulang sa 6 na buwan) ⑤Ginagawa ng mapabuti (mahigit 6 na buwan)
22	Nakapag-sa ilalim ka na ba ng espesyal na gabay sa kalusugan dati?	Hindi ▪ Oo

Salamat sa inyong kooperasyon.

三和クリニック