

Bảng câu hỏi Khám sức khỏe tổng quát

Bảng câu hỏi này được sử dụng với mục đích người sử dụng lao động nắm bắt tình trạng sức khỏe của người lao động, nhằm ngăn ngừa các bệnh về não, tim mạch và phòng tránh các bệnh liên quan đến lối sống trở nên nghiêm trọng hơn.

記入日 Ngày điền _____ 年 ____ 月 ____ 日
Ngày ____ háng ____ năm

個人情報/Thông tin cá nhân

※Hãy viết bằng tiếng Nhật

フリガナ Phiên âm tên		Giới tính	生年月日 Ngày tháng năm sinh	年 ____ 月 ____ 日 ____ 歳 Ngày ____ háng ____ năm ____ tuổi
氏名Họ và tên		男・女 Nam / Nữ		
住所 địa chỉ	〒 _____		電話番号 Số điện thoại	自宅nhà riêng (_____) 携帯Số di động (_____)
国籍quốc tịch			日本語 tiếng Nhật	分かる Hiểu ・ 難しい Khó

会社情報 Thông tin công ty

会社名 Tên công ty, đoàn thể			電話番号 Số điện thoại	
会社住所 địa chỉ công ty	〒 _____ * Đối với những người có bảo hiểm y tế Kyokai Kempo, xin vui lòng ghi địa chỉ công ty.			
業務歴 Lịch sử làm việc	☐ 事務 Công việc văn phòng	☐ 営業 Kinh doanh (Sales)	☐ 設計 Thiết kế (Design)	
	☐ 販売 Bán hàng (Sales)	☐ 技術 Kỹ thuật (Engineering)	☐ 工事・設備 Xây dựng, Thiết bị	
	☐ コンピュータ関連 Liên quan đến máy tính	☐ 運転 Lái xe (Driving)	☐ その他 Khác (_____)	

既往歴 Tiền sử bệnh

高血圧 Tăng huyết áp	糖尿病 Bệnh tiểu đường	不整脈 Loạn nhịp tim	脂質異常症Rối loạn chuyển hóa lipid (Mỡ máu cao)
貧血 Thiếu máu	痛風 Bệnh gout	胃・十二指腸潰瘍 Loét dạ dày tá tràng	肝機能障害 Rối loạn chức năng gan
その他 Khác (_____)			

自覚症状 triệu chứng chủ quan

日中の眠気 Buồn ngủ ban ngày	夜間目が覚める Thức giấc vào ban đêm	いびきをかく Ngáy
胃もたれ、胸やけ Đầy hơi ,Ợ nóng	便秘 Táo bón	下痢 Tiêu chảy
動悸・息切れ Tim đập nhanh,Khó thở	肩こり・腰痛 Đau mỏi vai gáy,Đau lưng	めまい Chóng mặt
その他 Khác (_____)		

※Xin hãy viết ở mặt sau.

No	Nội dung câu hỏi	Trả lời
	【食後の時間】 Ăn sau mấy tiếng rồi?	10 tiếng trở lên · 3,5 tiếng đến dưới 10 tiếng
1	【血圧の薬】 Hiện tại, bạn có sử dụng thuốc hạ huyết áp không?	Không · Có
2	【血糖】 Hiện tại, bạn có sử dụng tiêm insulin hoặc thuốc hạ đường huyết không?	Không · Có
3	【脂質】 Hiện tại, bạn có dùng thuốc giảm cholesterol hoặc triglyceride không?	Không · Có
4	【脳卒中】 Bạn đã từng được bác sĩ chẩn đoán đang mắc chứng bệnh tai biến mạch máu não (xuất huyết não, nhồi máu não, v.v.) và đang được nhận sự điều trị?	Không · Có
5	【心臓病】 Bạn đã từng được bác sĩ chẩn đoán đang mắc bệnh tim (chứng đau thắt ngực, nhồi máu cơ tim, v.v.) và đang được nhận điều trị hay không?	Không · Có
6	【腎臓病】 Bạn đã từng được bác sĩ chẩn đoán đang mắc bệnh thận mãn tính hay suy thận và đang được nhận điều trị (chạy thận nhân tạo, v.v.) hay không?	Không · Có
7	【貧血】 Bạn đã từng được chẩn đoán bị thiếu máu bao giờ chưa?	Không · Có
8	【喫煙】 Hiện tại, bạn có thói quen hút thuốc không? (* “Người hiện đang có thói quen hút thuốc lá” ở đây chỉ những “người hút tổng cộng trên 100 điếu hoặc hút trên 6 tháng” và vẫn hút trong vòng 1 tháng gần đây)	① いいえ/ Không ② 以前/Đã từng hút thuốc trước đây ③ はい/ Có
9	【体重増加】 So với cân nặng khi 20 tuổi, cơ thể bạn có tăng trên 10kg không?	Không · Có
10	【運動】 Bạn có liên tục hơn 1 năm vận động thể thao để ra mồ hôi từ 2 ngày trở lên trong tuần và mỗi lần kéo dài hơn 30 phút hay không?	Không · Có
11	【身体活動】 Trong cuộc sống hàng ngày bạn có đi bộ hay vận động cơ thể tương đương khoảng trên 1 tiếng 1 ngày không?	Không · Có
12	【歩行速度】 So với những bạn gần bằng lứa tuổi và cùng giới tính bạn có đi bộ nhanh hơn không?	Không · Có
13	【食べる状態】 Khi cắn nhai thức ăn bạn thuộc trạng thái nào? ①何でも ②気になる部分あり ③かめない	①Có thể cắn nhai tất cả thức ăn ②Khó cắn nhai vì có vè răng cắn không khớp ③Hầu như không thể cắn nhai được
14	【食べる速度】 So với mọi người tốc độ ăn của bạn có nhanh hơn không?	Nhanh·Bình thường ·Chậm
15	【就寝前食事】 Bạn có từ 3 lần một tuần ăn bữa tối trong vòng 2 tiếng trước khi đi ngủ không?	Không · Có
16	【間食】 Bạn có ăn gì hay uống đồ ngọt ngoài 3 bữa chính sáng trưa tối không?	Hàng ngày·Thỉnh thoảng·Hầu như không
17	【朝食】 Bạn có không ăn sáng từ 3 lần trở lên 1 tuần không?	Không · Có
18	【お酒の頻度】 Tần suất uống rượu (rượu Nhật, rượu Shochu, bia, rượu tây, v.v.) của bạn như thế nào? 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	①Hàng ngày ②5-6 ngày/tuần ③3-4 ngày/tuần ④1-2 ngày/tuần ⑤1-3 ngày/tháng ⑥Dưới 1 ngày/tháng ⑦Đã bỏ/Ngưng ⑧không uống được
19	【飲酒量】 Lượng rượu uống tương ứng trong một ngày là bao nhiêu? Rượu trắng Nhật 1 cốc (180ml) tương ứng: Bia 1 chai (khoảng 500ml), Shochu 25 độ (110ml), Whisky double 1 ly (60ml), Rượu vang 2 ly (240ml)	①Chưa đến 1 ly ②Từ 1 đến chưa đầy 2 ly ③Từ 2 đến chưa đầy 3 ly ④Từ 3 đến chưa đầy 5 ly ⑤Từ 5 ly trở
20	【睡眠】 Bạn có ngủ đầy đủ không?	Không · Có
21	【生活習慣改善】 Bạn có ý định cải thiện thói quen sinh hoạt như thói quen vận động và ăn uống, v.v. không? 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	①Không có ý định cải thiện ②Có ý định cải thiện (trong 6 tháng tới) ③Có ý định cải thiện trong thời gian gần (đại khái trong 1 tháng) nhưng bắt đầu từ từ ④Đang nỗ lực cải thiện (chưa được 6 tháng) ⑤Đang nỗ lực cải thiện (trên 6 tháng)
22	Bạn đã từng tham gia hướng dẫn sức khỏe cụ thể nào chưa?	Không · Có

Cảm ơn bạn đã hợp tác.

三和クリニック