


<p>Dr. med.Ulrich Kraft Heilpraktiker</p> <p>Email: info@ulrich-kraft.de www.ulrich-kraft.de</p>	
--	--

Erhebungsbogen – einfache Ernährungsanamnese

Um Sie erfolgreich beraten zu können und um uns auf das Gespräch mit Ihnen vorbereiten zu können, bitten wir Sie um die Beantwortung der folgenden Fragen. Selbstverständlich werden Ihre Angaben streng vertraulich behandelt. Fragen, die Sie nicht beantworten können oder möchten, lassen Sie bitte aus.

Bitte senden Sie den Fragebogen vor Ihrem Termin bei uns ausgefüllt an uns.

Patient	Zuname Vorname Geburtsdatum
Anschrift	Straße Hausnummer Postleitzahl Ort
	Telefon E-Mail-Adresse Fax:
Bei Kindern bitte auch Angaben zu den Eltern	Mutter
	Zuname Vorname Geburtsdatum
	Beruf
	Vater
	Zuname Vorname Geburtsdatum
	Beruf
Tätigkeiten Bitte ausführlich beschreiben	

Größe	Aktuelles Gewicht
Sportliche Tätigkeiten / Sportart / Stunden pro Woche	
Kontakt zu „schädlichen Stoffen“? Nikotin / Chemikalien / Wohnraumbelastung (Pilze)	
Stress? In welcher Form? Beruflich / Familiär / Unzufriedenheit / Anderer Stress	
Krankheiten? Vor allem Allergien?	
Hautprobleme?	
Schmerzen? Wann? Wo? Zusammenhang zum Essen (Art des Nahrungsmittels und Zeitpunkt)	
Werden Medikamente regelmäßig eingenommen? Welche und wie viele?	
Verdauung: Stuhlgang und Stuhlfrequenz / Verstopfung / Durchfall / Wechsel von Durchfall und Verstopfung / Appetitlosigkeit	
Schlaf: Probleme beim Einschlafen / Durchschlafen ...	
Besteht der Eindruck oder das Gefühl, dass bestimmte Nahrungsmittel schaden?	
Auf welches Nahrungsmittel kann in keinem Fall verzichtet werden?	
Sonstiges	

	0 = nie 1 = gelegentlich 2 = täglich 3 = mehrfach täglich			
Frische Salate (Rohkost)	0	1	2	3
Obst, frische Obstsäfte	0	1	2	3
Gemüse, frische Gemüsesäfte	0	1	2	3
Vollkornprodukte	0	1	2	3
Brot und Brotwaren	0	1	2	3
Fertiggerichte: Pizza, Hamburger, Ravioli, Lasagne usw.	0	1	2	3
Nudelgerichte, z.B. Spaghetti	0	1	2	3
Joghurt, Frischmilchprodukte, Käse	0	1	2	3
Frittiertes, Paniertes (z.B. Pommes, Fischstäbchen usw.)	0	1	2	3
Wurst, Geräuchertes	0	1	2	3
Fleisch	0	1	2	3
Fisch	0	1	2	3
Süßwaren	0	1	2	3
Apfelschorle	0	1	2	3
Eistee, Cola, Fanta, Capri-Sonne usw.				
Erwachsene: Alkoholische Getränke	0	1	2	3