

## АНКЕТА СПОРТСМЕНА

\*все поля обязательны для заполнения!

Ф.И.О. пациента \_\_\_\_\_

Рост и вес пациента \_\_\_\_\_

Рост и вес родителей пациента \_\_\_\_\_

**Выполняемое исследование:**

☒ 96-10-107 Минимальный спортивный паспорт, 9 генов

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ АНАМНЕЗ	Да	Нет
1. Были ли у вас когда-нибудь обмороки во время или после занятий?		
2. Были у вас когда-нибудь сжимающие боли в груди?		
3. Возникали у вас когда-нибудь тяжесть в груди, кашель или одышка, которые не позволяли вам продолжать заниматься спортом?		
4. Ставили ли вам когда-нибудь диагноз «астма»?		
5. Случались ли у вас эпилептические припадки?		
6. Вам когда-нибудь говорили, что у вас эпилепсия?		
7. Говорили ли вам когда-нибудь, что вам следует бросить занятия спортом из-за проблем со здоровьем?		
8. Бывает ли у вас повышенное артериальное давление?		
9. Говорили ли вам, что у вас повышенный холестерин?		
10. У вас были проблемы с дыханием или кашель во время занятий?		
11. У вас были головокружения во время занятий?		
12. У вас были боли в груди во время или после занятий?		
13. Вы можете сказать, что в настоящем или прошлом у вас были нарушения ритма сердца или остановка сердцебиения?		
14. Вы устаёте больше, чем ваши друзья во время упражнений?		
15. Вам когда-либо говорили, что у вас есть шум в сердце?		
16. Говорили ли вам, что у вас аритмия?		
17. У вас есть какие-либо другие признаки проблем с сердцем?		
18. Были ли у вас серьезные вирусные инфекции (например, миокардит или мононуклеоз) за последний месяц?		
19. Говорили ли вам, что у вас ревматическая лихорадка?		
20. Принимаете ли вы какие-либо медикаменты в настоящее время?		

21. Бывают ли у вас аллергические реакции?		
22. Принимали ли вы постоянно какие-либо медикаменты в течение последних двух лет?		
<b>СЕМЕЙНЫЙ АНАМНЕЗ</b>		
1. Кто-либо из членов вашей семьи моложе 50 лет умер внезапно и неожиданно?		
2. Кто-либо из членов вашей семьи моложе 50 лет лечился от обмороков?		
3. Кто-либо из членов вашей семьи моложе 50 лет имел в анамнезе не объяснимые припадки?		
4. Кто-либо из членов вашей семьи необъяснимо тонул во время плавания?		
5. Кто-либо из членов вашей семьи попадал в не объяснимые дорожные происшествия?		
6. Кто-либо из членов вашей семьи моложе 50 лет имел имплантированный кардиостимулятор или дефибриллятор?		
7. Кто-либо из членов вашей семьи моложе 50 лет лечился от неритмичных сокращений сердца?		
8. Кто-либо из членов вашей семьи моложе 50 лет перенес операцию на сердце?		
9. У кого-нибудь из членов вашей семьи был синдром внезапной младенческой смерти?		
10. Про кого-нибудь из вашей семьи говорили, что он страдает синдромом Марфана?		

**СЕМЕЙНЫЙ АНАМНЕЗ-II**

<b>Мать</b> Этнос (национальность) _____ Год рождения: _____ Место рождения: _____	<b>Отец</b> Этнос (национальность) _____ Год рождения: _____ Место рождения: _____
<b>Бабушка</b> Этнос (национальность) _____ Год рождения: _____ Место рождения: _____	<b>Бабушка</b> Этнос (национальность) _____ Год рождения: _____ Место рождения: _____
<b>Дедушка</b> Этнос (национальность) _____ Год рождения: _____ Место рождения: _____	<b>Дедушка</b> Этнос (национальность) _____ Год рождения: _____ Место рождения: _____

**Анкета заболеваний и отклонений**

Укажите, были ли у вас когда-либо сопутствующие заболевания/состояния:

	Да	Нет
Болезни крови		
-анемия		
-нарушения свертываемости крови		
-тромбообразование		
-гиперлипидемия		
-гипертриглицеридемия		
-серповидно-клеточная анемия		
-тромбоэмболия легочной артерии		
Болезни кожи		
-экзема		
-псориаз		
Болезни нервной системы		
-речевые расстройства		
-инсульты		
Болезни легких		
-астма		
-эмфизема		
-плеврит		
-пневмония		
Болезни сердечно-сосудистой системы		
-расстройства системы кровообращения		
-врожденная патология сердца		
-искусственный клапан сердца		
-инфаркт		
-шум в сердце		
-высокое артериальное давление		
-пролапс митрального клапана		
-миграция водителя ритма		
Болезни опорно-двигательного аппарата		
-артрит		
-искусственный сустав		
-увечья		
-мышечная дистрофия		
Болезни системы пищеварения		
-гастрит		
-болезнь Крона		
-дивертикулит		
-синдром раздраженной кишки		
-язва желудка или двенадцатиперстной кишки		
-рефлюкс-эзофагит, рефлюкс-гастрит		
Болезни печени и желчного пузыря		
-гепатит		
-желтуха		
Проктологические болезни		
-ректальное кровотечение		

-геморрой		
Болезни мочевой системы		
-мочевые инфекции		
-простатит		
Болезни сосудов		
-флебиты		
Болезни эндокринной системы		
-сахарный диабет		
-заболевания щитовидной железы		
Болезни и состояния психической сферы		
-болезнь Альцгеймера		
-анорексия/булимия		
-тревожность/панические атаки		
-деменция		
-эпилепсия		
Болезни органов зрения		
-глаукома		
-очки/контактные линзы		
-катаракта		
Болезни уха, горла, носа		
-нарушения слуха		
-паротит		
-инфекции синусов		
Боли различной локализации		
-боли в спине		
-головные боли/мигрени		
Онкологические заболевания		
Инфекционные заболевания		
-гонорея		
-сифилис		
-иные инфекции половых органов		
-хламидиоз		
-простой герпес		
-ВИЧ/СПИД		
-корь		
-респираторные инфекции		
-скарлатина		
-туберкулез		
Системные заболевания		
-волчанка		
-ревматизм		
-системная склеродермия		
Фармакологический анамнез		
-лекарственная зависимость		
-химиотерапия		
-терапия кортизолом/стероидами		
Лучевая терапия		

**АНКЕТА «СЕМЕЙНЫЙ АНМНЕЗ- I»**

(Укажите болезни ваших кровных родственников)

	Да	Нет
Артрит (ревматоидный или остеоартрит)		
Подагра		
Судороги		
Болезни кожи		
Заболевания легких		
Заболевания сердечно-сосудистой системы		
Инфаркты		
Заболевания почек		
Заболевания желудочно-кишечного тракта		
Заболевания печени		
Заболевания щитовидной железы		
Сахарный диабет (1 или 2 типа)		
Инсульты		
Головные боли/мигрени		
Болезнь Альцгеймера		
Расстройства психики		
Суициды		
Туберкулез		
ВИЧ/СПИД		
Нарушения жирового обмена		
Нарушения свертываемости крови		
Талассемия		
Серповидно-клеточная анемия		
Онкологические болезни		

## АНКЕТА «ПИТАНИЕ»

ИНСТРУКЦИЯ: зачеркните (х) номер, который наиболее соответствует вашему питанию за последний год. При этом 1 означает минимальную, а 8 – максимальную частоту потребления продукта.

- 1-Никогда  
2-1-3 раза в месяц  
3-1-2 раза в неделю  
4-3-4 раза в неделю  
5-5-6 раз в неделю  
6-1 раз в день  
7-2-3 раза в день  
8-4 или более раз в день

1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Говядина, ягнятина или телятина</b> , включая бифштекс, жареное куском мясо, рубленое мясо, гамбургеры, колбасу, тефтели, лазанью, сэндвичи, пироги и тушеное мясо
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Свинина, ветчина, бекон или окорок</b> , включая жаркое, отбивные, сэндвичи и пироги
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Курица, индейка или утка</b> , включая жаркое, мясо на гриле, тушеное мясо, жареное мясо, запеканку, сэндвичи и салаты с мясом
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Рыба и морепродукты</b> – вся свежая рыба, включая рыбу целиком и филе, сэндвичи, запеканку, суп и пироги; тунец, включая сэндвичи, салаты и лазанью; отбитое рыбное филе, кусочки рыбы; рыбные оладьи; суши и сашими; копченые семга, лосось, скумбрия, форель, креветки, лобстеры, лангусты, крабы, устрицы, мидии, гребешки, кальмары и осьминоги
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Яйца</b> , исключая яйца, используемые в выпечке или как часть рецепта
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Изделия для завтрака из дроблёного зерна с высоким содержанием волокон</b> , включая гранолу, мюсли (поджаренные или обычные), изделия из дробленого зерна с высоким содержанием волокон из отрубей, такие как цельные отруби, отруби с изюмом, крученая пшеничная соломка, овес, отруби из овса и овсяная мука
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Темный хлеб, хлеб из цельносмолотой пшеницы, цельные зерна</b> , включая темный хлеб, хлеб из цельносмолотой пшеницы, хлеб из грубой непросеянной ржаной муки, хлеб с зернами, булочки из отрубей, коричневый рис, просо, сорго, макароны из цельносмолотой пшеницы
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Сахар, добавленный в чай, кофе, к изделиям из дробленого зерна или в кашу</b>
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Конфеты и кондитерские изделия</b> , включая шоколад, блюда в закусочной (с и без шоколада), печенье, бисквит, шоколадные пирожки с орехами, пончики, торты, сладкие рулетики, мучные кондитерские изделия, сладкие пироги, мороженое, пудинги, муссы, жидкий заварной крем, взбитое молоко, замороженные пудинги и десерты

1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Обычные безалкогольные напитки</b> (исключая диетические напитки) – кола, лимонад, фанта, Seven-Up, чай (Ice Tea, Nestle), другие
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Сливочное масло, маргарин, топленый свиной жир и перетопленное жидкое масло</b> , намазывая его на хлеб или для приготовления пищи
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Цельное жирное молоко или молочные продукты</b> , включая молоко, сливки, взбитые сливки, плавленый сыр, мороженое, йогурты, желтый и белый сыр, домашний сыр
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Овощи</b> (исключая картофель), свежие, быстрозамороженные или консервированные, включая артишоки, спаржу, баклажаны, авокадо, проростки фасоли, свеклу, брокколи, кочанную капусту, морковь, цветную капусту, лук-порей, салат-лук, грибы, листья горчицы, окру (съедобный гибискус), лук, петрушку, пастернак, горох, перец, тыкву, редис, лук-перо, лук-шалот, шпинат, брюссельскую капусту, фруктовый сок, батат, помидоры, листья турнепса, турнепс (репа), водные каштаны, ямс
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Фрукты</b> , свежие, быстрозамороженные или консервированные, включая яблоки, абрикосы, бананы, ягоды, вишню, черешню, финики, сушеные фрукты, грейпфрут, виноград, гуаву, киви, лимоны, плоды лайма, плоды личи, мандарины, манго, дыню, арбуз, апельсины, персики, груши, сливы, ананас, гранат, малину, клубнику, землянику
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Фрукты и овощи с высоким содержанием витамина С</b> , включая брокколи, грейпфрут, грейпфрутовый сок, зеленый, красный, желтый перец или перец чили, гуаву, киви, кольраби, манго, дыню, арбуз, апельсины и апельсиновый сок, клубнику, землянику и овощные соки, помидоры
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Фруктовые и овощные соки</b> – 100%-ные очищенные фруктовые соки, включая любые фруктовые соки, томатный сок, сливовый сок, морковный сок, сок из сельдерея или овощные соки
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Крестоцветные овощи</b> , включая брокколи, брюссельскую капусту, кочанную капусту, цветную капусту, редис, кормовую капусту, кольраби, листья горчицы или мангольда (листовой свёклы), пастернак, брюкву, турнепс, репу
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Морковь, тыква</b>
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Овощи с зелеными листьями</b> , включая цикорий, салаты, кормовую капусту, листья горчицы, петрушку, шпинат
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Овощи рода Allium</b> , включая лук-резанец, чеснок, зеленый лук, лук-порей, репчатый лук, лук-шалот и молодой лук
1 2 3 4 5 6 7 8	<b>Чеснок, свежий, раздавленный или быстрозамороженный</b>