

Anamnese- FRAGEBOGEN

Schechinger Vital
Frau Ulrike Schechinger
Zeisigweg 6
75395 Ostelsheim

Vorname: _____
Name: _____
Straße, Nr.: _____
PLZ/Ort: _____
Telefon: _____
Telefax: _____
e-mail: _____

Analyseneingang: _____

Analysenausgang: _____

Analysen-Nummer: _____

Um Ihre individuellen Messergebnisse auch wirklich maßgeschneidert kommentieren zu können, benötigen wir folgende Angaben. Darum bitten wir Sie, sich einige Minuten Zeit zu nehmen und den beiliegenden Fragebogen gewissenhaft auszufüllen. Selbstverständlich werden alle Angaben vertraulich behandelt.

Angaben zur Person

Geschlecht: ☐ weiblich ☐ männlich

Geb.-Datum: _____ Größe: _____ cm Gewicht: _____ kg

Fremdstoffe im Körper

☐ Nichtraucher, seit _____ ☐ gelegentlich ☐ bis 20 Zigaretten pro Tag ☐ mehr als 20 Zigaretten pro Tag

Körperliche Fitness

☐ kein Sport ☐ gelegentlich ☐ täglich ☐ Leistungssport

Welche Sportarten: _____

Ernährungsgewohnheiten

Essen:	nie	einmal pro Woche	mehrmals pro Woche	täglich
Obst	☐	☐	☐	☐
Gemüse	☐	☐	☐	☐
Getreide/Brot	☐	☐	☐	☐
Milchprodukte	☐	☐	☐	☐
Eier	☐	☐	☐	☐
Fleisch	☐	☐	☐	☐
Fisch	☐	☐	☐	☐
Käse	☐	☐	☐	☐
Meeresfrüchte	☐	☐	☐	☐

Trinkgewohnheiten

Getränke	Tassen pro Tag	täglich
Kaffee	_____	☐
Tee	_____	☐
Cola / Limonaden	_____	☐
		gelegentlich
Wein	_____	☐
Bier	_____	☐
Spirituen	_____	☐

Verdachtsdiagnose

Meine Frage, die im Rahmen der Analyse abgeklärt werden sollte:

Allergien

☐ keine Beschwerden

☐ Asthma

☐ Heuschnupfen

☐ Hautausschläge (Ekzeme)

☐ Nahrungsmittelallergie

Worauf reagieren Sie: _____

Aktuelle Beschwerden

Bitte beschreiben Sie Ihre aktuellen Beschwerden der letzten sechs Monate:

Erkrankungen

Bitte geben Sie die wichtigsten Erkrankungen an, untern denen Sie litten oder aktuell leiden:

Erkrankungen/Diagnose	Schweregrad/Komplikationen	von - bis	andauernd
_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	☐

Medikamente

Welche Medikamente, Mineralstoffe-, Vitamin-, Pflanzen- und Hormonpräparate, nahmen Sie in den letzten 12 Monaten ein? Und welche nehmen Sie derzeit noch ein?

Angabe zum Präparat	tägliche Dosis	Einnahmezeitraum		andauernd
		von	bis	
_____	_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	_____	☐
_____	_____	_____	_____	☐

Nehmen Sie oder nahmen Sie in den letzten 12 Monaten hormonhaltige Verhütungsmittel die „Pille“ ein?

☐ ja von - bis: _____

☐ nein

Umfeld und Schadstoffe

Haben Sie beruflich, zu Hause oder in Ihrer Freizeit Kontakte zu den folgenden Schadstoffen?

☐ Abgase ☐ Schwermetalle ☐ Farben oder Lacke ☐ Pestizide ☐ Stäube ☐ Baustoffe

Falls Sie beruflich zu Hause oder in Ihrer Freizeit Belastungen durch andere Schadstoffe ausgesetzt sind, so machen Sie hierzu bitte eine möglichst genaue Angabe:

Fremdstoffe fest im Körper

☐ künstliches Hüftgelenk ☐ Herzschrittmacher ☐ Kupfer-T-Spirale ☐ metallischer Einfluss, z.B. nach Unfall

☐ andere: _____

Angaben zur persönlichen Stresssituation

Ich beurteile meinen derzeitigen beruflichen Stressfaktor als	☐ niedrig	☐ mittel	☐ hoch
Ich beurteile meinen derzeitigen privaten Stressfaktor als	☐ niedrig	☐ mittel	☐ hoch
Ich neige zu Herzrasen/Schwitzen/trockenem Mund	☐ nie	☐ selten	☐ häufig
Ich bin nervös	☐ nie	☐ selten	☐ häufig
Ich bin mit mir und meinem Umfeld zufrieden	☐ nie	☐ selten	☐ häufig
Ich fühle mich überfordert	☐ nie	☐ selten	☐ häufig
Ich neige zu Schlafstörungen	☐ nie	☐ selten	☐ häufig
Wenn ja:	☐ ich wache häufig auf	☐ ich kann schlecht einschlafen	☐ ich habe einen unruhigen Schlaf
Sonstiges:	☐ ich habe belastende Träume		

Angaben zum Körpergefühl

Ich empfinde mein Körpergewicht als zu hoch und möchte es reduzieren	☐ ja	☐ nein
Ich halte zur Zeit eine Diät	☐ ja	☐ nein
Meine Stimmung ist ausgezeichnet	☐ nie	☐ selten
Ich bin niedergeschlagen	☐ nie	☐ selten
Ich fühle mich deprimiert und „ausgelaugt“	☐ nie	☐ selten
Ich bin vergesslich	☐ nie	☐ selten

Angaben zum Allgemeinbefinden

Allgemeinbefinden: ☐ keine Beschwerden ☐ häufige Infekte ☐ lustlos und müde ☐ erschöpft
☐ häufig gereizt ☐ Nachtblindheit ☐ Haarausfall ☐ Zahnfleischbluten
☐ Muskelkrämpfe

Angaben zu persönlichen Zielen

Durch eine substituierende Ernährung sollen folgende Faktoren optimiert werden:

☐ Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit	☐ Steigerung der Abwehrkräfte
☐ gesundes Wachstum und Normalisierung von Hormonen	☐ Stimulation eines gesunden Zellstoffwechsels
☐ Entgegenwirken von Ernährungsunterversorgung	☐ Stärkung des Fortpflanzungs- und Immunsystems
☐ Abwehr von Infektionen/Widerstand gegen Krankheiten	☐ Regulierung freier Radikale
☐ Schutz des Herz-Kreislaufsystems und der Gefäße	☐ Förderung der geistigen Leistungsfähigkeit

Hinweise zur Haarentnahme

Vorbereitung für die Haarentnahme:

Eventuelle Verunreinigungen können das Analyseergebnis verfälschen. Achten Sie daher bitte bei der Probenentnahme auf Sauberkeit. Waschen Sie sich die Hände. Die verwendete Schere sollte sauber und rostfrei sein. Ideal für die Probenentnahme sind frisch gewaschene und vor allem sorgfältig ausgespülte Haare.

Abnahme von Kopfhaaren:

Für eine sichere und genaue Mineralstoffanalyse benötigen wir mindestens 200 mg Haare, das entspricht einer ca. daumenbreiten, dünnen Haarsträhne (siehe Abbildung).

Kurzes Haar:

Schneiden Sie vom Hinterkopf so viele kleine Strähnen ab, bis Sie die entsprechende Haarmenge zusammen haben. Für die Abnahme von kurzen Haaren ist eine Effilierschere, wie sie Friseure zum Ausdünnen verwenden, besonders vorteilhaft.

Mittellanges und langes Haar:

Teilen Sie das Deckhaar am Hinterkopf ab und stecken Sie es hoch. Teilen Sie eine dünne Haarsträhne unterhalb des Scheitels ab und schneiden Sie diese direkt über der Kopfhaut ab. Um eine Analyse über einen möglichst genau definierten Zeitraum zu erhalten, ist es wichtig, dass nur maximal die ersten drei kopfhautnahen Zentimeter der Haare eingeschickt werden. Kürzen Sie die abgeschnittene Strähne, entsprechend nach dem Abschneiden und werfen Sie die Spitzen. Wiederholen Sie diesen Vorgang ggf. so häufig, bis Sie genügend Haar gesammelt haben.

Abnahme von Schamhaaren:

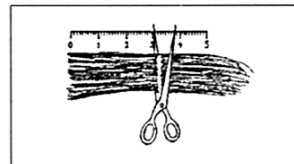
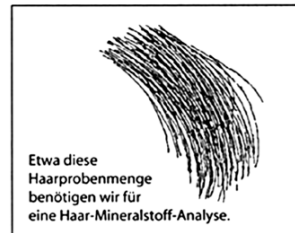
Schneiden Sie ausgehend vom oberen Rand der Schambehaarung die erforderliche Haarmenge ab.

Abnahme von Fingernägeln:

Vor der Abnahme der Nägel bitte die Hände sorgfältig reinigen. Schneiden Sie anschließend von allen zehn Fingern die Nägel ca. 2 mm ab.

Probenmaterial mischen:

Sie können, um die erforderliche Probenmenge zu erreichen, jederzeit die Analyse-Probe aus zwei oder drei Probematerialien zusammen stellen. Wichtig ist, dass Kopfhaare, Schamhaare und Fingernägel immer getrennt gehalten werden müssen.



Laborkosten

Hiermit erkläre ich mich bereit die Laborkosten von 150,- Euro von meinem Bankkonto abbuchen zu lassen!

Kreditinstitut: _____

Bankleitzahl: _____

Konto-Nummer: _____

Einverständniserklärung

Hiermit beauftrage ich Schechinger Vital mit der Durchführung einer Haar-Mineralstoffanalyse im gewünschten Umfang und verpflichte mich zur Übernahme der Kosten!

Ich erkläre mich mit der Datenspeicherung zur Durchführung der Untersuchung einverstanden.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass meine Befunddaten im Rahmen der wissenschaftlichen Arbeit von Udo Smerd statistisch ausgewertet werden.



Ja, ich will meine kostenlose individuelle Vitalstoff-Empfehlung

Ort / Datum:

Unterschrift