

Check mijn supplement en mij

Een voedingssupplement is een zelfzorgmiddel dat uit plantaardig, mineraal, dierlijk of synthetisch materiaal bestaat. Denk bijvoorbeeld aan kruidenpreparaten of vitaminen/mineralen producten. Deze check richt zich uitsluitend op producten van plantaardige oorsprong. Neem in geval van twijfel eerst contact op!

Dit formulier is bedoeld om aan te geven wat u gebruikt en om een indruk van uw klacht(en) te krijgen. Aan de hand van uw antwoorden kan ik mogelijk nog een aantal verdiepende vragen stellen.

Lees het aandachtig door en vul dit formulier zo duidelijk en compleet mogelijk in. Uw antwoorden worden met vertrouwelijkheid en respect behandeld. Als een vraag niet op u van toepassing is, kunt u die uiteraard overslaan. Indien u voor meerdere supplementen een check heeft aangevraagd, kunt u die hier allemaal invullen.

U kunt het mailen naar info@pharmacapura.nl of uitprinten en opsturen naar: Pharmaca pura fytotherapie, Wagendwarsstraat 25, 3581 WJ Utrecht.

Persoonlijke gegevens	
Voornaam	M / V
Achternaam	
Adres	
Postcode en woonplaats	
E-mail	
Geboortedatum	

Algemeen	
Bloeddruk (Indien niet exact bekend graag aangeven 'neiging tot hoog, laag' of 'normaal'. Deze vraag is belangrijk; veel planten hebben invloed op de bloeddruk).	
Allergie(ën)	
Intolerantie(s) (m.b.t. voeding)	
Gewicht en lengte	
Hypoglycemie	Ja / nee / weet niet

1 Supplement(en)

1.1 Welk supplement gebruikt u? Graag naam van het supplement, merknaam, dosering en hoe en hoe vaak u het gebruikt (bijv. 3x per dag een capsule van 200 mg met water bij de maaltijd innemen); dus niet wat op de verpakking staat, maar hoe ú het gebruikt. Geef ook de ingrediënten en bereidingswijze door (bijv. 'totaalpoeder ...% en extract 1:10'), op welke stof en welk percentage het eventueel gestandaardiseerd is of stuur een foto mee waarop dit goed te lezen is. Een link naar deze informatie volstaat ook.

Naam:

Merk:

Dosering en frequentie:

Wijze van inname:

Ingrediënten en bereidingswijze:

Gestandaardiseerd op:

1.2 Sinds wanneer gebruikt u dit?

1.3 Bent u geholpen door dit middel? Heeft u er baat bij? Zijn uw klachten verdwenen of verminderd? Graag toelichten.

1.4 Zijn uw klachten verergerd of heeft u er nieuwe bijgekregen? Graag toelichten.

2 Klacht(en)

2.1 Omschrijf zo duidelijk mogelijk uw klacht(en). Waar heeft u last van? (indien van toepassing zowel fysiek als psychisch).

2.2 Sinds wanneer heeft u deze klachten en/of wanneer treden deze op?

2.3 Heeft u nog andere klachten of aandoeningen?

Vaak hangen klachten met elkaar samen, daarom is het belangrijk alles te noemen en niet alleen de reden waarom u het supplement gebruikt. Denk ook aan zaken als 'neiging tot oprispingen, diarree of constipatie'. Planten hebben hier invloed op.

3 Diagnose

De diagnose is in dit geval de reden waarom u het supplement gebruikt. Een arts kan u verteld hebben wat er aan de hand is, maar u kunt dat ook van een alternatief behandelaar hebben gehoord, of u weet zelf wat er aan de hand is.

3.1 Heeft u een diagnose die is gesteld door een huisarts of specialist? Zo ja, wat was de diagnose? Zo nee, ga door naar vraag 3.4

3.2 Door wat voor een soort arts is de diagnose gesteld? (Bijv. huisarts, cardioloog, dermatoloog, internist enz.)

3.3 Wanneer is de diagnose gesteld? Indien de datum niet meer exact achterhaald kan worden volstaat een schatting.

3.4 Wie heeft de diagnose gesteld? (Uzelf, een bekende, een ander soort behandelaar (indien van toepassing graag soort noemen). Wanneer is die diagnose gesteld? (Bij benadering).

4 Medicijnen

Deze vraag is bedoeld om inzicht te krijgen in het eventueel gebruik van medicijnen op dit moment (ook als u het af en toe gebruikt), om interacties met voedingssupplementen te voorkomen. Met medicijnen bedoel ik reguliere geneesmiddelen, al dan niet vrij verkrijgbaar. De pil of een mirena spiraal, antidepressiva en pijnstillers vallen daar ook onder, aangezien ook bij deze middelen een interactie kan optreden.

4.1 Gebruikt u medicijnen, zo ja, welke?

Medicijn:

Dosering:

Periode:

Medicijn:

Dosering:

Periode:

Enz.

5 Medische geschiedenis

Deze vraag is bedoeld om inzicht te krijgen in uw medisch verleden. Planten hebben een zeer brede werking en hebben effecten op verschillende organen. Ze hebben dus ook effect op andere lichaamssystemen dan waarvoor u het supplement gebruikt. Indien u bijvoorbeeld een nier heeft in plaats van twee, dan moet ik er rekening mee houden dat die niet extra belast wordt. Vult u dus alles in, ook als u denkt dat het wellicht niet van toepassing is.

5.1 Heeft u een (chronische) ziekte, aangeboren aandoening of 'afwijking' (van de norm)? Zo ja, welke? (Bijv. een auto-immuunziekte, hartaandoening of scoliose).

5.2 Heeft u ziekenhuisopnamen of operaties ondergaan, zo ja, wanneer en om welke redenen?

5.3 Zijn er erfelijke aandoeningen bekend in uw familie, zo ja, welke aandoeningen?
Het gaat om uw bloedverwanten.

5.4 Heeft u ooit een diagnose van een psychiater gekregen? Zo ja, welke?

Bepaalde planten kunnen een (zeer) negatieve invloed hebben op bepaalde psychiatrische aandoeningen. Indien van toepassing is het dus zeer belangrijk dat u mij dit vertelt.

6 Overige opmerkingen

Hier kunt u alles kwijt waarvan u denkt dat het van belang is, maar waar nog niet naar is gevraagd.