



Zorg voor Vitaliteit

Sportmedische anamneselijst

Naam : Bedrijf/organisatie:

Geboortedatum : - -

-
1. Heb je minder dan vier weken geleden een koortsende ziekte (> 38°C) doorgemaakt (bv. griep)? ja / nee
 2. Heb je een hart- of vaatafwijking, hartproblemen of acuut reuma (gehad)? ja / nee
 3. Heb je in rust of bij inspanning pijn of een beklemd gevoel op de borst? ja / nee
 4. Heb je wel eens hartkloppingen? ja / nee
Zo ja:
 - a. Gaan de hartkloppingen gepaard met pijn op de borst, kortademigheid, duizeligheid en/of misselijkheid? ja / nee
 - b. Komen de hartkloppingen regelmatig voor of heb je er gedurende langere tijd last van? ja / nee
 5. Heb je een pacemaker of een inwendige defibrillator? ja / nee
 6. Heb je een bot- of gewrichtsafwijking die kan verergeren door inspanning? (bv. gewrichtsontsteking?) ja / nee
 7. Gebruik je momenteel antibiotica? ja / nee
 8. Zijn er redenen waarom je je niet fysiek mag inspannen? ja / nee
-
9. Heb je in rust of bij inspanning regelmatig last van kortademigheid of benauwdheid? ja / nee
 10. Heb je bij inspanning last van duizeligheid? ja / nee
 11. Verlies je wel eens het bewustzijn of heb je epilepsie? ja / nee
 12. Ben je momenteel onder behandeling van een huisarts, cardioloog of specialist? ja / nee
Zo ja:
 - a. wat is de reden?
 - b. Is de behandeling de afgelopen 6 maanden gestart? ja / nee
 - b. Heb je beperkingen ten aanzien van inspanning opgelegd gekregen? ja / nee

Ga verder met de vragen op de volgende pagina



Zorg voor Vitaliteit

13. Gebruik je medicijnen? ja / nee
Zo ja, welke?
14. Heb je klachten tijdens of na het beoefenen van sport ja / nee
Zo ja, welke?
15. Heb je nog andere, niet genoemde gezondheidsklachten of blessures? ja / nee
Zo ja, welke?
-
16. Heb je een verhoogde bloeddruk? ja / nee / weet ik niet
17. Heb je een verhoogd cholesterolgehalte? ja / nee / weet ik niet
18. Rook je? ja / nee
19. Is er bij één of meerdere ouders, broers, zussen of andere naaste familieleden voor het 60^e levensjaar een hart- en vaatziekte geconstateerd (bijvoorbeeld, hartinfarct, hersenbloeding, slagadervernauwing, plotseling overlijden)? ja / nee
20. Heb je suikerziekte? ja / nee
21. Heb je overgewicht? ja / nee
22. Hoeveel dagen per week heb je minimaal 30 minuten lichaamsbeweging op een dag, die tenminste even zwaar is als stevig doorwandelen of fietsen?dagen per week
-
23. Hoeveel dagen per week onderneem je minimaal 20 minuten lichaamsbeweging op een dag, waarvan je behoorlijk bezweet raakt en je ademhaling en hartfrequentie behoorlijk toenemen?dagen per week
(zoals sport, zware tuinwerkzaamheden)
-

Ik verklaar op vrijwillige basis en geheel onder eigen verantwoordelijkheid deel te nemen aan de test- en/of trainingsprogramma's van Zorg voor Vitaliteit.

Datum : - -

Plaats : Handtekening: