

Gesundheitsfragebogen

Dieser Fragebogen dient zu Ihrer Sicherheit und wird nach dem Kursende zurückgegeben oder vernichtet. Alle Angaben werden vertraulich behandelt.

Name _____ Vorname _____
 Adresse _____ PLZ/Ort _____
 Telefon P _____ Mobile _____
 Beruf _____ Krankenkasse _____
 Geburtsdatum _____ Grösse (cm) _____ Gewicht (kg) _____
 Ich rauche ja /nein Wenn ja: seit ___Jahren ___ Päckli/Tag

1. Hat Ihr Arzt/Ihre Ärztin Ihnen je geraten, sich erst nach einer gründlichen ärztlichen Untersuchung körperlich zu betätigen? ja / nein
2. Ist bei Ihnen eine Lungen- oder Herzerkrankung bekannt? ja / nein
3. Hatten Sie je Brustschmerzen oder Herzrhythmusstörungen bei körperlicher Belastung? ja / nein
4. Hatten Sie im letzten Monat Brustschmerzen oder Herzrhythmusstörungen ohne körperliche Belastung? ja / nein
5. Haben Sie jemals das Gleichgewicht wegen Schwindel verloren oder sind Sie je ohnmächtig geworden? ja / nein
6. Haben Sie ein Knochen- oder Gelenkproblem, das sich unter körperlicher Anstrengung verschlechtern könnte? ja / nein
7. Hat Ihnen der Arzt/die Ärztin kürzlich Medikamente gegen Bluthochdruck oder zur Herzstärkung verschrieben? ja / nein
8. Fühlen Sie sich zur Zeit krank, sind Sie erkältet oder haben Sie Fieber? ja / nein
9. Ist Ihnen irgend ein anderer Grund bekannt, warum es Ihnen nicht möglich sein sollte, sich körperlich zu betätigen? ja / nein
10. Risikofaktoren:

| | | |
|--|----------------|-----------|
| Ich bin zuckerkrank | weiss es nicht | ja / nein |
| Ich bin übergewichtig | weiss es nicht | ja / nein |
| Ich habe zu hohe Blutfette (Cholesterin) | weiss es nicht | ja / nein |
| Ich habe einen zu hohen Blutdruck | weiss es nicht | ja / nein |
11. Ich nehme zur Zeit Medikamente _____ regelmässig _____ unregelmässig _____
 Wenn ja, welche _____

Ich habe diesen Fragebogen gelesen, alles verstanden und korrekt ausgefüllt. Zudem nehme ich Kenntnis davon, dass der Kursleiter/die Kursleiterin jede Haftung ablehnt.

Ort/Datum _____ Unterschrift _____

Bitte ausgefüllt und unterschrieben der Kursleiterin/dem Kursleiter abgeben.