

# 自律神経症チェック（身体症状の質問）

- いつも耳鳴りがしますか
- 胸か心臓のところがしめつけられるような感じをもったことがありますか
- 胸か心臓のところがおさえつけられるような感じをもったことがありますか
- 動悸がうって気になることがありますか
- 心臓が狂ったように早くうつことがありますか
- よく息苦しくなることがありますか
- 人より息切れしやすいですか
- 時々座っていても息切れがありますか
- 夏でも手足がひえますか
- 手足の先が紫色になりますか
- いつも食欲がないですか
- はきけがあつたり、はいたりしますか
- 胃の具合がわるくてひどく気になりますか
- 消化がわるくてこまりますか
- いつも胃の具合がわるいですか
- 食事のあとか、空腹の時に胃が痛みますか
- よく下痢しますか
- よく便秘しますか
- 肩やくびすじがこりますか
- 足がだるいですか
- 腕がだるいですか
- ひふが非常に敏感でまけやすいですか
- 顔がひどく赤くなることがありますか
- 冬でもひどく汗をかきますか
- よくひふにじんましんができますか

「はい」「そう思う」という項目にチェックしてください。

- よくひどい頭痛がしますか
- いつも頭が重かったり痛んだりするために気がふさぎますか
- 急に体があつくなったり、冷たくなったりしますか
- 度々ひどい目まいがしますか
- 気が遠くなって倒れそうな感じになることがありますか
- 今まで二回以上気を失ったことがありますか
- からだのどこかにしびれや痛みがありますか
- 手足がふるえることがありますか
- からだがカーッとなって汗の出ることがありますか
- 疲れてぐったりすることがよくありますか
- とくに夏になるとひどくからだがだるいですか
- 仕事をすると疲れきってしまいますか
- 朝起きるといつも疲れていますか
- ちょっと仕事をしただけで疲れますか
- ご飯がたべられないほど疲れますか
- 気候の変化によってからだの調子が変わりますか
- 特異体质と医者にいわれたことがありますか
- 乗り物に酔いますか



たくさんの質問にお答えいただき  
お疲れさまでした。  
ご相談をお待ちしております。