

GHID DE DISCUȚIE CU MEDICUL ADEVĂRUL DESPRE GREUTATEA MEA



1. Istoric personal:

IMC actual: _____

Greutate actuală: _____

Greutatea pe care vă doriți să o obțineți: _____

Am încercat în trecut să slăbesc de _____ ori.

2. Motivul vizitei la medic:

- ☐ Vreau să slăbesc
- ☐ Cred că am probleme de sănătate asociate greutateii
- ☐ Prevenție și schimbarea stilului de viață
- ☐ Alt motiv: _____

3. Vă confrunțați în prezent cu probleme de sănătate?

- ☐ Nu, nu mă confrunt.
- ☐ Nu știu dacă mă confrunt cu astfel de probleme
- ☐ Prediabet
- ☐ Diabet
- ☐ Probleme cardiovasculare (hipertensiune, colesterol)
- ☐ Probleme articulare
- ☐ Alte probleme de sănătate: _____

4. Cum ați încercat să scădeți în greutate până acum?

- ☐ Dietă
- ☐ Sport
- ☐ Suplimente alimentare / ceaiuri de slăbit
- ☐ Farmacoterapie
- ☐ Chirurgie metabolică
- ☐ Alt răspuns: _____

5. Cum ați defini activitatea fizică zilnică?

- ☐ Sedentar
- ☐ Scăzut
- ☐ Moderat

6. Care este obiectivul dvs. de scădere în greutate?

7. Care au fost principalele bariere în gestionarea greutateii pe care le-ați întâmpinat până acum?

- ☐ Motivație
- ☐ Timp
- ☐ Stres
- ☐ Mâncat emoțional
- ☐ Schimbări hormonale asociate nașterii, perimenopauzei, menopauzei.
- ☐ Altele: _____

8. Întrebări pe care să le adresați medicului despre gestionarea greutateii:

