

ÜLDINFO

Ees- ja perekonnanimi	Vanus	Pikkus ja kaal	Kuupäev
Milline on peamine mure seoses lapse toitumisega			
Milline on pere / lapse eesmärk seoses toitumisega			
Pere ootused toitumishõustajale			

TERVISLIK SEISUND

Allergiad (toiduained, õietolm, vms)	
Toidutalumatust (mis täpsemalt, kas on testitud?)	
Kas lapsel on diagnoositud mõni krooniline haigus? Kui jah, milline?	Milliseid toidulisandeid, ravimeid laps kasutab
Lapse igapäevased liikumisharjumused	
Hinnang tavalisele meeleolule, energiatasemele, väsivusele	
Une kvaliteet skaalal 0-6 (0- ei puhka välja, 6-ärkab alati puhanuna)	
Vastupanuvõime haigustele (sh viirused, soolatüükad, herpes, nohu jne)	
Seedeprobleemid (loetlege seedetraktiga seotud vaevused, esinemise sagedus ja põhjus millega vaevuseid seostate)	

ÜLDINE TOITUMINE

Eelistatud toidud ja isud (mille järgi?)
Välditavad toiduained (millised, mis põhjusel?)
Milliseid jooke laps päeva jooksul tarbib

Probleemsed toiduained ja tervislikumad alternatiivid (kas selliseid on?)
Söödud toidud, kui tegelikult puudus nälg (nt. söömine, kui on halb enesetunne, stress, väsimus, vms)

1. PÄEVA TOITUMINE

Hommikusöök / kellaeg	Vahepala / kellaeg
Lõunasöök / kellaeg	Vahepala / kellaeg
Õhtusöök / kellaeg	Muu õhtune toit / kellaeg
Joodud vesi (klaasi / L)	Kommentaar (nt tavaline, ebatraditsiooniline, pidu, vms)

2. PÄEVA TOITUMINE

Hommikusöök / kellaeg	Vahepala/ kellaeg
Lõunasöök / kellaeg	Vahepala/ kellaeg
Õhtusöök / kellaeg	Muu õhtune toit / kellaeg
Joodud vesi (klaasi / L)	Kommentaar (nt tavaline, ebatraditsiooniline, pidu, vms)

3. PÄEVA TOITUMINE

Hommikusöök / kellaeg	Vahepala / kellaeg
Lõunasöök / kellaeg	Vahepala / kellaeg
Õhtusöök / kellaeg	Muu õhtune toit / kellaeg
Joodud vesi (klaasi / L)	Kommentaar (nt tavaline, ebatraditsiooniline, pidu, vms)

4. PÄEVA TOITUMINE

Hommikusöök / kellaeg	Vahepala / kellaeg
Lõunasöök / kellaeg	Vahepala / kellaeg
Õhtusöök / kellaeg	Muu õhtune toit / kellaeg
Joodud vesi (klaasi / L)	Kommentaar (nt tavaline, ebatraditsiooniline, pidu, vms)

5. PÄEVA TOITUMINE

Hommikusöök / kellaeg	Vahepala / kellaeg
Lõunasöök / kellaeg	Vahepala / kellaeg
Õhtusöök / kellaeg	Muu õhtune toit / kellaeg
Joodud vesi (klaasi / L)	Kommentaar (nt tavaline, ebatraditsiooniline, pidu, vms)

Kinnitame, et kliendi andmed on konfidentsiaalsed ega kuulu kolmandatele isikutele avaldamiseks.

Confido Meditsiinikeskus • Veerenni 51, Tallinn 10138, Eesti
Telefon 1330 • info@confido.ee • www.confido.ee
Registrikood 12381384 • Arstikeskus Confido OÜ