

Anamnese-opbouw (voorbeeld)

Oriëntatiegesprek

- * korte en bondige indicatie van de hoofdklacht(en)
- * actie die tot nu toe is ondernomen via huisarts, therapeut etc.
- * medicijngebruik
- * nagaan mogelijke oorzaak klacht(en)
- * ziekteverleden

Gezondheidstest

- * algemene gegevens
- * vroegere behandelingen
- * ziektegeschiedenis
- * familiale gegevens
- * verslavingen en genotmiddelen

Uitgebreide gezondheidstest m.b.t het klachtenpatroon

- * overzicht huidige gezondheidsstatus
- * inzicht in orgaanrelaties
- * inzicht in zwakke punten van het lichaam
- * hulpmiddel bij het stellen van een goede diagnose

Leefstijl-analyse

- * levensinstelling / visie pos. / neg.
- * soort werk / werktijden / dagindeling
- * ontspanning / lichamelijke activiteit
- * buitenlucht per dag

Eetpatroon-analyse

- * overzicht dag-menu van twee dagen noteren, wordt berekend en beoordeeld.

Emotionele factoren en oorzaken

- * in het heden aanwezige / niet verwerkte emotioneel belastende situaties / (traumatische)ervaringen.

Karakterprofiel / persoonlijkheidsstructuur

- * karaktereigenschappen
- * communicatie met jezelf en anderen
- * motivatie
- * probleemoplossing / denkpatroon / welke veranderingen
- * ontevredenheden / belangrijkste in uw leven op dit moment constitutietype (stofwisselingstest)
- * indicatie lichaamsontgiftig
- * voedselscheiding ja/nee
- * aanpassing voedselkeuze en voedselcombinaties

Erfelijke aanleg

- * directe familie-leden (broers, zussen, vader, moeder)