



산후 여성을 위한 영양 질문서

이름:	나이:	날짜:
-----	-----	-----

다음 질문에 대한 답을 선택하거나 답변을 기재해 주십시오.

1. 가지고 계신 건강 보험은 어떤것입니까? Medi-Cal 개인 보험 기타: _____ 없음
2. 6주 산후 검진이나 다음 진료는 언제입니까? _____
3. 현재 가지고 있는 건강 문제는 무엇입니까?
 당뇨병 고혈압 우울증 또는 다른 정신 건강 문제
 기타: _____ 없음
4. 지난 번 임신 중에 임신성 당뇨가 있으셨습니까? 예 아니요 모름
5. 다음 중 복용하고 있는 것은 무엇입니까?
 임신부 비타민 엽산이 함유된 종합 비타민 철분제 기타 비타민/미네랄
 변비약 비처방전 의약품(타이레놀, 아스피린 등) 허브
 민간 요법(기재) _____ 기타 의약품 _____ 없음
6. 현재 본인의 체중에 대해 어떻게 생각하고 계십니까? 체중이 늘었으면 좋겠다 만족한다
 체중이 줄었으면 좋겠다
7. 평균적으로 일주일 동안에, 적당한 정도내지는 활발한 신체 활동(운동)을 30 분이상 하는 날이 며칠 정도 됩니까?(예: 걷기, 조깅, 춤추기, 수영, 자전거 타기, 에어로빅, 축구) 해당사항에 동그라미: 1일 2일 3일 4일 5일 6일 7일 없음
8. 지난 12개월간 치과 진료를 몇 번 받으셨습니까?
 없음 한 번(1회) 2회 이상
9. 음식을 살 돈이나 푸드 스탬프(또는 EBT)가 부족한 적이 자주 있습니까?
 자주 부족하다 가끔 부족하다 부족하지 않다
10. 자녀나 애완동물 돌보기, 병원이나 마케에 데려다주기, 또는 본인이 아파서 도움이 필요할 때 도움을 요청할 수 있는 사람이 주변에 몇 명이나 있습니까? _____
11. 지난 2주 동안, 무슨 일에도 흥미가 없거나 즐거움을 느끼지 못해 힘들었던 적이 얼마나 자주 있었습니까?
 전혀 없었음 가끔 있었음 일주일 이상 거의 매일
12. 지난 2주 동안 기분이 가라앉거나, 우울하거나 절망감으로 힘들었던 적이 얼마나 자주 있었습니까?
 전혀 없었음 가끔 있었음 일주일 이상 거의 매일
13. 다음 중 이용하고 있는 것은? 담배 술 마리화나 기타: _____ 없음

뒷장으로 →

For Staff Use Only			
Date: _____	WIC Staff Name: _____		
WIC I.D. #: _____	Height _____	Weight _____	Pronto: Y N
Hgb/Hct in ISIS _____	YES: Date: _____		No: Referral given

14. 현재 임신 중 이십니까? 예 아니요 모름
15. 다시 임신을 하신다면 언제로 계획하고 계십니까? 임신 계획 없음 0-6개월 이내
 7-12개월 이내 1-2년 이내
 적어도 2년 후
16. 현재 피임하고 계십니까? 예 아니요 난관 피임술을 받음
 예로 답하신 경우, 현재 어떤 피임방법을 사용하고 계십니까?
 없음 피임약 IUD
 다이어프램(Diaphragm)/캡(Cap)/스폰지(Sponge)
 금욕 콘돔 데포 프로베라(Depo Provera) 경부/누바 링
 배란일/월경 주기 살정제(폼/젤) 체외사정 기타: _____
17. 가족 PACT 서비스를 이용하십니까(그런 건강 프로그램 카드)? 예 아니요 모름

18. 하루에 식사는 몇번 하십니까? 식사 _____ 회 간식 _____ 회
19. 식이요법을 하고 계십니까? 예, 설명 _____ 아니요
20. 제한하거나 먹지않는 음식이 있습니까? 예, 어떤 음식 _____ 아니요
21. 주로 먹거나 마시는 것은 무엇입니까? (해당 사항에 모두 동그라미)
 ◆ 물 커피 차 일반 탄산음료 다이어트 탄산음료 게토레이
 ◆ 주스 펀치 또는 쿨에이드 술 맥주 와인
 ◆ 과일 채소
 ◆ 우유: 무지방 우유, 저지방 우유 1%, 2%, 전유, 저락토오즈유 두유 기타 우유
 치즈 요거트 코티지 치즈 푸딩 또는 커스터드 두부
 ◆ 육류 닭고기 칠면조 고기 생선류 핫도그 견과류 콩종류 계란 땅콩 버터
 ◆ 빵 시리얼 토르티야 밥 국수 피자 롤 크래커
 ◆ 사탕 쿠키 케이크 도넛 아이스크림 칩 감자 튀김 팥돌세
 기타 _____
22. 오늘 WIC 상담자에게 문의하고 싶은 영양 및 건강에 관한 질문은 무엇입니까?

For Office Use Only:

Circle Chart

