



참가자 성명:	완료 일자:
---------	--------

여성 작성란

1. 귀하는 특별식을 섭취합니까? 예 아니요 **[427.2]**
 예라고 답하였다면, 다음 중 어느 특별식을 섭취합니까? (해당되는 항목을 모두 선택하십시오)
 채식 절대 채식 저 칼로리/체중 감소 매크로바이오틱 음식 알레르기
 저지방 저 탄수화물 기타: _____
 예라고 답하였다면, 이 특별식과 관련된 의학적 조건이 있습니까? 예 아니요 **[341-362]**

2. 귀하는 비 음식 항목을 정기적으로 섭취합니까? 예 아니요 **[427.3]**
 예라고 답하였다면, 해당되는 항목을 모두 선택하십시오.
 재 분필 많은 양의 얼음 및/또는 냉동고의 서리
 베이킹 소다 담배 페인트 칩
 탄 성냥 점토 흙
 카페트 섬유 먼지 전분 (세탁용 또는 옥수수 전분) 기타: _____

3. 보통 하루에 과일을 얼마나 자주 먹습니까? 5 번 이상 4 번 3 번 2 번 1 번 안먹음

4. 보통 하루에 야채를 얼마나 자주 먹습니까? 5 번 이상 4 번 3 번 2 번 1 번 안먹음

5. 어떤 형태의 우유를 마십니까? (해당되는 항목을 모두 선택하십시오) **[427.2]**
 우유 산양유 라이스 또는 아몬드 우유 두유 무유당 우유 없음 기타: _____
 어떤 종류의 우유를 마십니까? 무지방 (탈지유) 저지방 (1%) 지방 감량 (2%) 전유
 보통 하루에 우유를 얼마나 자주 마십니까? 4 컵 이상/많이/1 일 3 컵/3 번/1 일 2 컵/2 번/1 일 1 컵 미만/1 번/1 일 이하

6. 보통 하루에 주스, 과일/스포츠 드링크, 보통의 팝/소다, 스위트 티 및/또는 콜 에이드 또는 설탕이 첨가된 물을 얼마나 자주 마십니까? 4 번 이상
 보통 하루에 다이어트 팝/소다 및/또는 커피/차를 얼마나 자주 마십니까? 4 번 이상 3 번 2 번 1 번 안 마심
 보통 하루에 물을 얼마나 자주 마십니까? 4 번 이상 3 번 2 번 1 번 안 마심

7. 대부분의 날들에 어떤 종류의 육체 운동을 합니까? (해당되는 항목을 모두 선택하십시오)
 안 함 달리기 집안일/청소 자전거 타기 아이들과 놀기
 걷기 수영 정원손질/마당일 휘트니스 센터 기타: _____

8. 보통 하루에 숨차거나 땀을 흘리는 활동을 몇 분 정도 합니까?
 15 분 미만 15 분 30 분 45 분
 60 분 (1 시간) 90 분 (1.5 시간) 이상 해당 없음

9. 지난 12 개월 동안 치과를 방문한 적이 있습니까? 예 아니요 **[381]**
 충치, 치아 손상, 잇몸 출혈, 치아 손실 및/또는 씹는데 어려움을 겪는 잘못 배열된 치아가 있습니까? 예 아니요

현재 임신부인 경우 다음 질문에 답하여 주십시오.

10. 다음 음식 중 무엇을 섭취합니까? (해당되는 항목을 모두 선택하십시오) **[427.5]**
 생과일 또는 야채 압착 주스
 저온 살균을 하지 않은 (농장에서 바로 만든) 유제품
 페타(Feta), 브리(Brie), 카망베르(Camembert), 푸른반점(Blue-veined) 치즈, 퀘소 블랑코(Queso Blanco), 퀘소 프레스코(Queso Fresco) 와 같은 소프트 치즈
 날것 또는 덜 익은 고기, 생선, 닭고기, 터키 또는 계란
 생 새싹 (알팔파, 클로버, 콩, 무)
 조리하지 않은 런천 미트, 델리 미트, 핫도그
 여기에 없음

귀하의 CPA/영양사가 식습관에 대해 말씀을 드리고 더 많은 질문을 드릴 것입니다.