

Vstupní dotazník klienta

Tento dokument slouží k zaznamenání údajů, které klient dobrovolně poskytl. Dotazník neslouží jako lékařské vyšetření ani nenahrazuje lékařskou diagnózu.

Jméno a příjmení klienta: _____

Datum narození: _____

1. Aktuální pociťovaný stav (stručně, vlastními slovy):

2. Pravidelně užívané léky, včetně volně prodejných / další přípravky a doplňky stravy (z důvodu interakcí či předávkování např. zinkem, vitamínem D atd.). Užívám:

☐ Ano ☐ Ne

Pokud ano, prosím uveďte názvy, dávkování a důvod užívání:

3. Občasné užívání léků, přípravků (na bolest, alergie, spánek, hormony, psychiku) a stimulantů, kofein, energetické nápoje, alkohol, drogy. Užívám:

☐ Ano ☐ Ne

Pokud ano, prosím specifikujte:

4. Trávení:

Máte pravidelnou stolicí? ☐ Ano ☐ Ne

Pocit nafouknutí, nadýmání, pálení žáhy? ☐ Ano ☐ Ne

Jak byste ohodnotil/a své trávení? (škála 1–5): _____

5. Spánek:

Usínáte snadno? ☐ Ano ☐ Ne

Budíte se v noci? ☐ Ano ☐ Ne

Cítíte se ráno odpočatí? ☐ Ano ☐ Ne

6. Energie během dne:

Jak byste popsal/a svou energii během dne? ☐ stabilní ☐ kolísavá ☐ nízká

Máte únavové krize během dne? ☐ Ano ☐ Ne

Pokud ano, prosím specifikujte:

7. Stres a psychika:

Jak byste popsal/a svou aktuální úroveň stresu? ☐ nízká ☐ střední ☐ vysoká

Pocity napětí, úzkosti, podráždění? ☐ Ano ☐ Ne

Pokud ano, prosím specifikujte:

8. Stravovací návyky:

Jíte pravidelně během dne? ☐ Ano ☐ Ne

Převládají čerstvé nebo zpracované potraviny? ☐ Čerstvé ☐ Zpracované

Konzumujete zeleninu denně? ☐ Ano ☐ Ne

Doporučujeme **samostatnou přílohu – stravování**

- Klient si **zapisuje všechno**, i malé občerstvení, mléko, kávu, víno, bonbony apod. Zapisuje **množství** a **čas konzumace** a udělejte to ihned po jídle, do večera se mnoho zapomene.

- Buďte upřímní – zápisky slouží Vám, ne pro hodnocení, ale **uvědomění si vlastních návyků**.

9. Pohybová aktivita:

Jak často se hýbete? ☐ Denně ☐ Několikrát týdně ☐ Výjimečně

Jaký druh pohybu upřednostňujete?

10. Odolnost a imunita:

Jak často býváte nemocní? ☐ Zřídka ☐ Několikrát ročně ☐ Často

Máte potíže s hojením ran nebo opakované záněty? ☐ Ano ☐ Ne

11. Další informace:

Máte nějaké známé alergie nebo intolerance? ☐ Ano ☐ Ne

Byl/a jste v poslední době hospitalizován/a? ☐ Ano ☐ Ne

Prohlašuji, že všechny uvedené údaje jsou pravdivé a úplné k datu vyplnění dotazníku.

Podpis klienta: _____

Datum: _____

Poznámka: **Tento dokument je interní součástí konzultace a nenahrazuje lékařské vyšetření ani léčbu!**

Jak správně ověřovat informace u klientů

1. UŽÍVÁNÍ LÉKŮ

„Ještě pro jistotu – rozumím tomu správně, že **neužíváte žádné léky předepsané lékařem ani volně prodejné přípravky z lékárny, jako jsou tablety, masti nebo náplasti?**“

2. UŽÍVÁNÍ DOPLŇKŮ STRAVY

„Užíváte **aktuálně** nějaké vitamíny, minerály, bylinky nebo jiné doplňky stravy?“

(Např. zinek, vitamín D, hořčík, kurkumu, tinktury, prášky na imunitu apod.)

3. ZDRAVOTNÍ OMEZENÍ A DIAGNÓZY

„Máte prosím nějakou **diagnostikovanou nemoc, o které bych měl/a vědět?** Například cukrovku, problémy se srdcem, játry nebo ledvinami?“ (Cílené ověření možných **kontraindikací**.)

4. ALERGIE A PŘECITLIVĚLOSTI

„Jste na něco **alergičtí, třeba na bylinky, potraviny, léky nebo jejich složky?**“ (Připomíná, že nejde jen o klasické alergie jako pyl, ale i o možné reakce na léčivé látky.)

Tip na závěr:

Vždy je dobré po odpovědi klienta – aby jste **shrnul/a - zopakoval vlastními slovy jeho sdělení a požádal o potvrzení**.

Např.: „Rozumím tedy správně, že aktuálně nic neužíváte a žádné diagnózy nemáte?“

Tak klient slyší shrnutí, může potvrdit nebo případně upřesnit – a předejete tím zbytečným nedorozuměním.

Je to jemné, profesionální a chrání to obě strany.

Upozornění a doporučení pro Bezpečnou praxi.

Tato pravidla ochrání vás i klienty a zajistí etické a právně korektní poskytování vašich služeb.

✓ Než začnete s klientem pracovat, vždy se ho nejprve **zeptajte, zda je v péči lékaře a jestli užívá nějaké léky** – včetně volně prodejných! Pokud ano, nastavte pouze **podpůrnou terapii**. Informace a doporučení od nás jsou pouze doplňující a vycházejí z principů tradičního léčitelství. Pokud jsou naše doporučení v rozporu s pokyny lékaře, **klient se vždy musí řídit radami svého lékaře!** Lékař nejlépe zná jeho aktuální zdravotní stav i léčbu, kterou klient absoluuje.

✓ Poskytujeme informace o použitých přírodních látkách včetně možných vedlejších účinků a interakcí s léky. Upozorňujeme však, že **množství léčivých přípravků na trhu stále roste a přibývá také alergií a individuálních intolerancí**. Proto je vždy nezbytné, aby si klient pečlivě prostudoval příbalové letáky všech léků, které užívá, a v případě nejasností se poradil se svým lékařem nebo lékárníkem. Ideálně by měl **příbalové letáky přinést s sebou na konzultaci**, protože mnozí klienti je nečtou, podceňují rizika nebo si nepamatují přesné názvy a složení léků.

✓ Nesnažte se řešit vše naráz – zaměřte se na **postupné kroky** vedoucí k obnově homeostázy - přirozené rovnováhy a normální činnosti organismu. **Osvědčené je nejprve podpořit psychickou pohodu a dodat tělu vitalitu**. Tím klient získá důvěru v proces, pocítí první pozitivní změny a snáze najde trpělivost pro dlouhodobou terapii i úpravy životního stylu.

✓ Klientovi věnujte maximální péči a **pravidelně sledujte jeho stav**. Doporučuji mu předat své telefonní číslo, aby se na vás mohl včas obrátit v případě jakýchkoli neobvyklých reakcí, zhoršení zdravotního stavu nebo pochybností ohledně doporučené terapie. V takových situacích **terapii neprodleně upravte nebo přerušte a klienta nasměrujte k lékaři**.

✓ Jako nelékaři:

- **nesmíme stanovovat diagnózy** nemocí ani nahrazovat odborná vyšetření či testy,
- neposkytujeme žádné sliby ani záruky na vyléčení, výsledky se vždy mohou individuálně lišit,
- zdravotní tvrzení nepoužíváme, pokud nejsou schválena platnou legislativou.
- v případě vážných nebo akutních zdravotních potíží klienta vždy odkážeme na lékařskou péči,
- nesmíme uvádět klienta v omyl tvrzením, že naše metody jsou jediným či nejlepším řešením.
- nezasahujeme do předepsané léčby, **neměníme dávkování léků a ani je nevysazujeme**. Klienty můžeme pouze jemně nasměrovat, aby se při prokazatelném zlepšení poradili se svým lékařem ohledně případné úpravy léčby.
- ✓ **Přírodní produkty** (pouze přispívají k normalizaci tělesných a psychických pochodů, viz. Schválená zdravotní tvrzení EU) od Health&Detox® jsou **100% čisté** (BEZ příměsí), proto je **skladujte od 4 do 21 °C**. Produkty jsou určeny pro **kondici, regeneraci a detoxikaci, NE pro léčbu!**