

## Ulat sa Resulta ng Pagsusuri sa Estilo ng Pamumuhay

Pangalan ng taong kumuha ng eksamen		Numero ng panlipunang seguridad	
Petsa ng medikal na pagsusuri		Lugar ng eksaminasyon	<input type="checkbox"/> Ospital <input type="checkbox"/> Iba pa (pagbisita sa doktor)

Paninigarilyo	<input type="checkbox"/> Hindi naninigarilyo <input type="checkbox"/> Dating naninigarilyo <input type="checkbox"/> Naninigarilyo <input type="checkbox"/> Gumagamit ng elektronikong sigarilyo		
	Pagsusuri sa pagkakalulong sa nikotina	<input type="checkbox"/> Mababa hanggang sa tatlong puntos) <input type="checkbox"/> Katamtaman hanggang sa anim na puntos) <input type="checkbox"/> Mataas (pito hanggang sa sampung puntos)	
	Preskripsyon sa pagtigil ng paninigarilyo	<input type="checkbox"/> Oo <input type="checkbox"/> Hindi	
	Preskripsyon	<input type="checkbox"/> Paggabay at edukasyon <input type="checkbox"/> Medikasyon (Terapiya sa pagpapalit sa nikotina, bupropion, varenicline) <input type="checkbox"/> Kaugnayan (grupong hindi naninigarilyo, klinika sa pagpapatigil ng paninigarilyo)	

Pag-inom ng alak	<input type="checkbox"/> Hindi umiinom ng alak <input type="checkbox"/> Paminsan-minsang umiinom ng alak <input type="checkbox"/> Sobrang uminom ng alak <input type="checkbox"/> Pinagsususpetsyahang lulong sa pag-inom ng alak		
	Preskripsyon sa pagtigil sa pag-inom ng alak	<input type="checkbox"/> Oo <input type="checkbox"/> Hindi	
	Preskripsyon	<input type="checkbox"/> Paggabay at edukasyon <input type="checkbox"/> Kaugnayan (grupong hindi umiinom ng alak, klinika sa pagpapatigil sa pag-inom ng alak) <input type="checkbox"/> Terapiyang medikasyon	

Ehersisyo	<input type="checkbox"/> Kakulangan sa pisikal na gawain <input type="checkbox"/> Pangkaraniwang pisikal na gawain <input type="checkbox"/> Pisikal na gawaing nagpapa-unlad sa kalusugan <input type="checkbox"/> Kakulangan sa ehersisyo ng kalamnan <input type="checkbox"/> Angkop na ehersisyo para sa kalamnan		
	Preskripsyon sa pag-eehersisyo <input type="checkbox"/> Oo <input type="checkbox"/> Hindi		
	Itinakdang uri ng ehersisyo: <input type="checkbox"/> mabilis na paglalakad <input type="checkbox"/> paglangoy <input type="checkbox"/> pag-akyat sa bundok <input type="checkbox"/> erobika <input type="checkbox"/> pag-uunat <input type="checkbox"/> ehersisyo sa kalamnan <input type="checkbox"/> Iba pa (      ) Durasyon: <input type="checkbox"/> sampung minuto <input type="checkbox"/> labinlima hanggang tatlung minuto <input type="checkbox"/> lampas sa tatlung minuto <input type="checkbox"/> Iba pa (      ) Dalas ng pagsasagawa: <input type="checkbox"/> isa hanggang dalawang beses sa isang linggo <input type="checkbox"/> tatlo hanggang apat na beses sa isang linggo <input type="checkbox"/> Higit pa sa limang beses sa isang linggo		

Nutrisyon	<input type="checkbox"/> Maayos <input type="checkbox"/> Katamtaman <input type="checkbox"/> Masama		
	Preskripsyon sa nutrisyon <input type="checkbox"/> Oo <input type="checkbox"/> Hindi		
	Preskripsyon <input type="checkbox"/> Kumain nang mas marami      ( <input type="checkbox"/> Produktong gawa sa gatas <input type="checkbox"/> Protina <input type="checkbox"/> Mga gulay) <input type="checkbox"/> Kumain nang mas kaunti      ( <input type="checkbox"/> Taba <input type="checkbox"/> Karaniwang asukal <input type="checkbox"/> Asin) <input type="checkbox"/> Inirerekomendang gawi sa pagkain      ( <input type="checkbox"/> Huwag ipagpaliban ang umagahan <input type="checkbox"/> Kumain ng pagkaing may balanseng nutrisyon) <input type="checkbox"/> Kaugnayan      (Klase sa nutrisyon)		

Obesidad	<input type="checkbox"/> Normal ang timbang <input type="checkbox"/> Sobra ang Timbang <input type="checkbox"/> Obeso		
	Preskripsyon sa obesidad <input type="checkbox"/> Oo <input type="checkbox"/> Hindi		
	Preskripsyon <input type="checkbox"/> Kumain nang mas kaunti <input type="checkbox"/> Kumain nang mas kaunting meryenda at iwasang kumain sa dis-oras ng gabi <input type="checkbox"/> Bawasan ang pag-inom ng alak at ang dalas ng pagkain ng fast food <input type="checkbox"/> Bawasan ang pagkain sa labas o pagkain ng fast food <input type="checkbox"/> Sumangguni sa preskripsyon sa pag-eehersisyo <input type="checkbox"/> Kaugnayan (Klinika sa Obesidad) <input type="checkbox"/> Iba pa (      )		

Kasama ng ulat na ito at mga resulta sa pagsusuri sa estilo ng iyong pamumuhay.