**悪化条件**どんな時に悪化したり、症状が出ますか？

当てはまるものを残し、当てはまらないものを消してください。

１．疲れた時

２．休息している時

３．横になった時

４．うつむいた時

５．寒い日

6．寒さにあった時

７．暑い時

８．体があたたまった時

９．天気の悪いとき

10．乾燥している時

11．睡眠不足の時

12．風邪を引いた時

13．汗をかいた時

14．体を動かしたとき

15．じっとしている時

16．お風呂に入った時

17．お風呂に入った後

18．物を食べた時

19．暇（ひま）な時

20．精神刺激時

21．精神抑うつ時

22．精神緊張時

23．精神的に疲れた時

24．朝起きるとき(明け方)

25．朝起きた時
26.午前中
27．午後3時頃から夕方

28．夕方

29．夜

30．寝入りばな

31．夜中

32．押したりマッサージした時

33．深呼吸した時

34．生理前

35．生理中

36．生理後

**※こちらのファイルも、お問い合わせの際に必要となりますので、**

**問診票と一緒に添付の上、お問い合わせください。**