

Broj mobitela:

E-MAIL:

Broj kartona:

0333333333

OSOBNI LIST PREVENTIVNE ZDRAVSTVENE ZAŠTITE STUDENATA

IME I PREZIME, ime oca			
Datum rođenja		Mjesto rođenja	
Broj osigurane osobe		Godina upisa	
Fakultet			

Adresa stanovanja u mjestu studiranja 1 ☐ kod roditelja 3 ☐ podstanarstvo 2 ☐ studentski dom 4 ☐ svoj stan	
Adresa stalnog prebivališta	
Izabrani liječnik: Ime i prezime, ordinacija	

1. Kronične bolesti i poremećaji u anamnezi

BOLESTI	Dijabetes	SŽB	RR	Zloćudne novotvorine	Astma	Ostale alergije	EPI	Psih. porem.	TB	Ostalo
a) Obiteljska	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1
b) Osobna	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1	NE - DA 0 - 1

2. Uzimaš li lijekove zbog neke od tih bolesti (navedi)? 1 ☐ Redovito 2 ☐ Povremeno 3 ☐ Ne	3. Jesi li zbog neke od tih bolesti bio/la dulje vrijeme u bolnici? 1 ☐ Da 2 ☐ Ne
--	---

Prehrambene navike	5. Koliko često jedeš kuhani obrok (varivo, juha, meso, riba, sl.)?
4. Koliko često doručkuješ (osim samo šalice kave ili čaja)? 1 ☐ Svaki dan 2 ☐ Povremeno 3 ☐ Nikada	1 ☐ Svaki dan 2 ☐ Gotovo svaki dan 3 ☐ Rijetko 4 ☐ Gotovo nikada

Tjelesna aktivnost	Tjedno	1-2 sata	3-4 sata	5 sati i više
6. Baviš li se aktivno nekim sportom?	1 ☐	2 ☐	3 ☐	
7. Baviš li se nekim sportom rekreativno (nogomet, košarka, rukomet, tenis, rolanje, badminton, aerobika)?	1 ☐	2 ☐	3 ☐	
8. Koliko prosječno hodaš (put do fakulteta, posjeti prijateljima i sl.)?	1 ☐	2 ☐	3 ☐	

9. Jesi li ikada u životu pušio/la? 1 ☐ Ne 2 ☐ Da	10. Ako jesi, jesi li u posljednjih mjesec dana pušio/la? 1 ☐ Manje od jedne cigarete dnevno 2 ☐ Barem jednu cigaretu svaki dan 3 ☐ Svaki dan 1-5 cigareta 4 ☐ Svaki dan više od 5 cigareta
---	---

11. Koliko često piješ alkoholna pića? - u posljednjih mjesec dana?			
1 ☐ Ne pijem alkohol	2 ☐ 1-2 puta	3 ☐ 3-5 puta	4 ☐ 6 puta i više

12. Jesi li se ikada u životu napio/la?					
1 ☐ Nikada	2 ☐ 1	3 ☐ 1-2 puta	4 ☐ 3-5 puta	5 ☐ 6-9 puta	6 ☐ 10 puta i više

13. Što obično piješ od alkoholnih pića?					
1 ☐ Ne pijem alkohol	2 ☐ Pivo	3 ☐ Vino	4 ☐ Žestoka pića	5 ☐ Miješana (rum-cola i sl.)	6 ☐ Razna alkoholna pića

14. Jesi li u životu uzeo/la neku psihoaktivnu drogu?				
1 ☐ Nikada	2 ☐ 1-2 puta	3 ☐ 3-5 puta	4 ☐ 6-9 puta	5 ☐ 10 puta i više

15. Uzimaš li sada?	Ne	Rijetko	Povremeno	Redovito	16. Jesi li imao/la seksualni odnos?
a) marihuanu,	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	1 ☐ Da
b) ecstasy,	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	2 ☐ Ne
c) amfetamine,	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	17. S koliko godina si imao/la prvi seksualni odnos?
d) kokain,	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	
e) heroin,	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	18. Koliko si partnera imao/la u posljednjih godinu dana?
f) sedativi,	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	
g) nešto drugo.	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	

19. Koristiš li pri seksualnim odnosima:	Ne	Rijetko	Povremeno	Redovito	20. Jesi li do sada bila (bio) na ginekološkom (urološkom) pregledu?	
a) kondom	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	1 ☐ Da 2 ☐ Ne	
b) hormonsku kontracepciju,	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	21. Jesi li do sada bila trudna?	
c) prekinuti snošaj,	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐		1 ☐ Da 2 ☐ Ne
d) sigurne dane,	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	22. Ako jesi, kako je trudnoća završila?	
e) spermicidna sredstva (pjene, vaginalete),	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐		1 ☐ Namjernim prekidom
f) intramaterični uložak (spiralu)	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐		2 ☐ Porodom
g) ne koristim ništa	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐		

23. Molim te, odgovori na sljedeća pitanja koja se odnose na mentalno zdravlje:	Potpuno se slažem	Slažem se	Ne slažem se	Uopće se ne slažem
a) Uglavnom sam zadovoljan/na sa sobom	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
b) Ponekad mislim da ne vrijedim ništa	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
c) Mislim da imam dosta dobrih osobina	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
d) Sposoban/na sam obaviti stvari jednako dobro kao i većina ostalih	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
e) Mislim da se baš nemam čime puno ponositi	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
f) Ponekad se osjećam potpuno beskoristan/na	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
g) Osjećam da sam u najmanju ruku jednako vrijedan/na kao i drugi	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
h) Želio/la bih da sebe više poštujem	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
i) U cjelini sam sklon/a vjerovati da sam čisti promašaj	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
j) Prema sebi imam pozitivan stav	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐

24. Koliko si često u posljednjih sedam dana?	nikada	rijetko	ponekad	stalno
a) Izgubio/la apetit i želju za jelom	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
b) Imao/la poteškoća s koncentracijom	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
c) Osjećao/la se potišteno	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
d) Osjećao/la da obveze možeš obaviti samo uz veliki napor	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
e) Osjećao/la se tužno (jadno)	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐
f) Nisi bio/la u stanju ispuniti svoje obveze (u školi, u kući)	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐

STATUS

TT		Raspoznavanje boja		Vanjsko spolovilo	
TV		Status zubi		Menarhe	
BMI		Štitnjača		Menstruacijski ciklus	
Tjelesno držanje		Srce		Pregled/ Samopregled dojke	
Visus		RR, puls			