

Spørgeskema

til afklaring af dit **barns** udfordring forud for en kostvejledning.

Sammen med notater om dit barns nuværende kost, giver dine besvarelser herunder et helhedsbillede af, hvilke tiltag der kostmæssigt vil være hensigtsmæssige at vælge.

Besvar spørgsmålene så godt du kan og tag dig god tid. Supplér gerne med flere oplysninger.

Barnets navn: _____

Alder: _____

Beskriv barnets udfordring/problem så godt du kan:

Har barnet en/flere diagnoser?

Får barnet medicin?

Hvordan er barnet født?

Er barnet blevet ammet eller fået modermælkserstatning?

Hvornår begyndte barnet at få fast føde?

Hvornår begyndte barnet at få komælk?

Hvordan er barnets appetit nu?

Giver barnet udtryk om at være sulten?

Hvornår især?

Er der fødevarer dit barn ikke vil spise?

Er der fødevarer dit barn er helt vild med?

Fornemmer du at barnet har brug for at spise hyppigt? (småspiser)?

Har barnet trang til saft, kager, slik = søde fødevarer?

Har barnet almindelig tørst?

Har barnet afføring hver dag?

Har barnet forstoppelse?

Har barnet diarré?

Er der ufordøjet mad i afføringen?

Andre problemer med fordøjelsen?

Er barnet ofte forkølelet?

Har barnet dræn i ørerne?

Har barnet fået antibiotika og hvor mange gange?

Er der overvægt i familien?

Er der diabetes i familien?

Er der kroniske/alvorlige sygdomme i familien?

Er barnet opereret?

Klager barnet over smerter?

Hovedpine?

Har barnet tør hud/eksem?

Er der søvnproblemer?

Virker barnet træt/sløv på tidspunkter?

Bevæger barnet sig hver dag?

Er barnet ude hver dag?

Har barnet svært ved at koncentrere sig?

Hvordan er barnets humør?

Er barnet i institution/skole?

Er barnet veltilpas der?

Har barnet lyst til socialt samvær?

Stikord om, hvad I allerede har forsøgt for at afhjælpe situationen:

Får barnet kosttilskud?

Hvilke?

Notér herunder hvad barnet spiser i løbet af dagen i 3 dage.

Opgiv ca.- mængden, også hvor meget dit barn drikker.

Husk alle nydelsesmidler/slik mv.+ hvad I hygger jer med i familien

	Dag 1	Dag 2	Dag 3
Morgenmad Kl. ca.			
Formiddag Kl. ca.			
Frokost Kl. ca.			
Eftermiddag Kl. ca.			
Aftensmad Kl. ca.			
Senere			
Andet			

Er der væsentlige ændringer i weekenden?