

特定健康診査に関する質問

Câu hỏi về kiểm tra sức khỏe đặc biệt.

【ベトナム語】

No Số	特定健康診査に関する質問項目 Câu hỏi về kiểm tra sức khỏe đặc biệt.	選択肢 Lựa chọn	解答欄 Trả lời
1～3	現在、次の薬を服用していますか。 Hiện tại, bạn có uống những loại thuốc sau đây không?		
1	a. 血圧を下げる薬 Thuốc hạ huyết áp	①はい Có ②いいえ Không	
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射 Thuốc giảm lượng đường trong máu hoặc tiêm thuốc insulin	①はい Có ②いいえ Không	
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬 Thuốc giảm mỡ trong máu và chất béo trung tính	①はい Có ②いいえ Không	
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。 Bạn đã từng được bác sĩ chuẩn đoán đang mắc chứng bệnh tai biến mạch máu não (xuất huyết não, nhồi máu não) và đang được nhận sự điều trị?	①はい Có ②いいえ Không	
5	医師から心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがありますか。 Bạn đã từng được bác sĩ chuẩn đoán đang mắc bệnh tim (chứng nghẽn tim, nhồi máu cơ tim) và đang được nhận điều trị hay không?	①はい Có ②いいえ Không	
6	医師から慢性腎臓病や腎不全にかかっているといわれたり、治療(人工透析など)を受けていますか。 Bạn đã từng được bác sĩ chuẩn đoán đang mắc bệnh thận mãn tính hay suy thận và đang được nhận điều trị (chạy thận nhân tạo) hay không?	①はい Có ②いいえ Không	
7	医師から、貧血といわれたことがありますか。 Bạn đã từng được chuẩn đoán bị thiếu máu bao giờ chưa?	①はい Rồi ②いいえ Chưa	

8	<p>現在、たばこを習慣的にすっていますか。 (※「現在、習慣的に喫煙している者」とは「合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1ヶ月間も吸っている者) Hiện tại bạn có thói quen hút thuốc không? Thói quen hút thuốc lá ở đây chỉ những người hút trên 100 điếu hoặc hút trên 6 tháng và vẫn hút trong vòng 1 tháng gần đây.</p>	<p>①はい Có ②いいえ Không</p>	
9	<p>20歳のときの体重から10Kg以上増加していますか。 So với bình thường khi 20 tuổi cân nặng cơ thể bạn có tăng trên 10kg không?</p>	<p>①はい Có ②いいえ Không</p>	
10	<p>1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。 Bạn có liên tục hơn 1 năm vận động thể thao để ra mồ hôi hơn 2 lần trong tuần và mỗi lần kéo dài hơn 30 phút không?</p>	<p>①はい Có ②いいえ Không</p>	
11	<p>日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。 Trong cuộc sống hàng ngày bạn có vận động cơ thể hay đi bộ khoảng trên 1tiếng 1 ngày không?</p>	<p>①はい Có ②いいえ Không</p>	
12	<p>ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。 So với bạn cùng tuổi và cùng giới tính bạn có đi bộ nhanh hơn không?</p>	<p>①はい Có ②いいえ Không</p>	
13	<p>食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。 Khi cắn nhai thức ăn, bạn thuộc trạng thái nào ?</p>	<p>①何でもかんで食べることができる Có thể cắn nhai tất cả thức ăn ②歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある Khó cắn nhai vì có vẻ răng cắn không khớp ③ほとんどかめない Hầu như không thể cắn nhai được</p>	
14	<p>人と比較して食べる速度が速いですか。 So với mọi người tốc độ ăn của bạn có nhanh hơn không?</p>	<p>①速い Nhanh ②ふつう Bình thường ③遅い Chậm</p>	
15	<p>就寝前の2時間以内に夕食をとることが週3回以上ありますか。 Trên 3 lần 1 tuần bạn ăn bữa tối phụ trong vòng 2 tiếng trước khi đi ngủ không ?</p>	<p>①はい Có ②いいえ Không</p>	
16	<p>朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。 Bạn có ăn gì hay uống thức ngọt ngoài 3 bữa chính sáng trưa tối không?</p>	<p>①はい Có ②いいえ Không</p>	

17	朝食を抜くことが週3回以上ありますか。 Bạn có không ăn sáng hơn 3 lần 1tuần không?	①はい Có ②いいえ Không	
18	お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)はどの位の頻度で飲みますか。 Tần suất uống rượu (rượu Nhật,rượu Shochu, bia, rượu tây) của bạn như thế nào ?	①毎日 Hàng ngày ②時々 Thỉnh thoảng ③ほとんど飲まない (飲めない) Hầu như không uống(không uống được)	
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量はどの位ですか。 日本酒1合(180ml)の目安:ビール500ml、焼酎(25度)110ml、ウイスキーダブル一杯(60ml)、ワイン2杯(240ml) Lượng rượu uống tương ứng trong một ngày là bao nhiêu ? Rượu trắng Nhật 1ly (180ml) tương ứng: Bia 1chai (500ml), Shochu 25 độ (110ml), Whisky double 1ly(60ml), Rượu vang 2ly (240ml)	①1合未満 chưa đến 1 ly ②1~2合未満 từ 1 đến chưa đầy 2 ly ③2~3合未満 từ 2 đến chưa đầy 3 ly ④3合以上 từ 3 ly trở lên	
20	睡眠で休養が十分とれていますか。 Bạn có ngủ đầy đủ không?	①はい Có ②いいえ Không	
21	運動や食生活等の生活習慣を改善しようと思っていますか。 Bạn có ý định cải thiện thói quen sinh hoạt như thói quen vận động và ăn uống ...không?	①改善するつもりはない Không có ý định cải thiện ②改善するつもりである Có ý định cải thiện ③近いうちに(概ね1ヶ月以内)改善するつもりであり、少しずつ始めている Có ý định cải thiện trong thời gian gần (trong 1 tháng) nhưng bắt đầu từ từ ④既に改善に取り組んでいる(6ヶ月未満) 正在努力改善 (chưa được 6 tháng) ⑤既に改善に取り組んでいる(6ヶ月以上) 正在努力改善 (Trên 6 tháng)	
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。 Nếu có cơ hội được hướng dẫn về cải thiện thói quen sinh hoạt bạn có tận dụng không?	①はい Có ②いいえ Không	