

## 大腸のセルフチェックシート

セルフチェックシートをご記入の上、ご来院の際にお持ち下さい。



### こんな症状はありませんか？

- 排便時にときどき出血がある
- 下痢と便秘を繰り返す
- 便が細くなってきた
- お腹の張り感がある
- 肉が好きで野菜はあまり食べない
- 体重が減ってきた
- 貧血気みである
- 便秘気味である
- タバコを吸う
- ストレスがたまりやすいほうである
- 便が黒っぽい

※3 個以上あてはまる方は一度専門医に相談しましょう。



——— おなかとこころの ———  
宮前平すがのクリニック