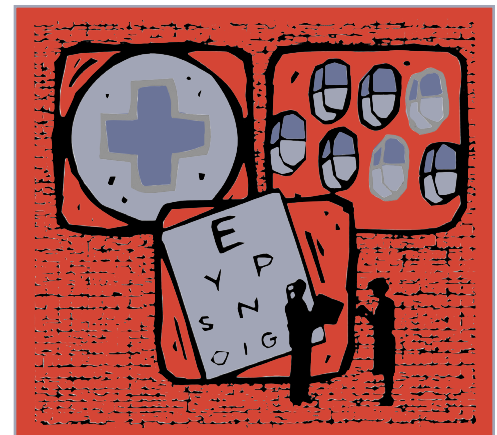


個人健康護理記錄

請使用本記錄積極參與自己的健康護理!

記錄日期

從: _____ 至: _____



如果您對醫療保障計劃（Medicare）或醫療輔助計劃（Medicaid）的收費有任何問題：

- 請電洽您的健康護理供應商。大多數健康護理供應商誠實可信，願意糾正自己的錯誤。
- 如果您依然有問題，請與我們聯絡：

遇到緊急健康護理問題，請撥911

我的醫療保障計劃B部份的保險公司（供應商）是：

名稱_____ 電話_____

我的醫療保障計劃A部份的保險公司（財務中間商）是：

名稱_____ 電話_____

我的醫療保障計劃增補保險公司是：

名稱_____ 電話_____

其他重要號碼：

請注意：請勿在本記錄中填寫您的醫療保障計劃號碼，以便保密。

2002年日曆

一月							二月							三月								
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六		
	1	2	3	4	5				1	2						1	2					
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	3	4	5	6	7	8	9		
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	10	11	12	13	14	15	16		
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	17	18	19	20	21	22	23		
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28			24	25	26	27	28	29	30		
													31									
四月							五月							六月								
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六		
	1	2	3	4	5	6			1	2	3	4				1	2					
7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8		
14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15		
21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22		
28	29	30					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29		
													30									
七月							八月							九月								
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六		
	1	2	3	4	5	6			1	2	3					1	2	3	4	5	6	7
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14		
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21		
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28		
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	31	29	30							
													30									
十月							十一月							十二月								
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六		
	1	2	3	4	5				1	2						1	2					
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14		
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21		
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28		
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	29	30	31						
													31									

2003年日曆

一月							二月							三月								
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六		
		1	2	3	4						1	2				1	2					
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8		
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	9	10	11	12	13	14	15		
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	16	17	18	19	20	21	22		
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28		23	24	25	26	27	28	29		
													30	31								
四月							五月							六月								
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六		
	1	2	3	4	5				1	2	3					1	2	3	4	5	6	7
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14		
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21		
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28		
27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30							
													31									
七月							八月							九月								
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六		
	1	2	3	4	5				1	2						1	2	3	4	5	6	7
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	14	
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	21	
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	28	
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30						
													31									
十月							十一月							十二月								
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六		
		1	2	3	4				1	2	3	4				1	2	3	4	5	6	7
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	14	
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	21	
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	28	
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31					
													30									

個人健康資料

重量

血壓

接受的服務/健康護理（身體檢查、理療、實驗室化驗、X光照射等）

日期

醫生/護理供應商

問題/症狀/疾病

* 請按重要性列出，註明何時開始以及哪些因素使症狀有所好轉或惡化

護理計劃/特別指示/醫生處方

2004年日曆

一月							二月							三月							
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	七	日	一	二	三	四	五	六
			1	2	3		1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6		
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	7	8	9	10	11	12	13	
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	14	15	16	17	18	19	20	
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	21	22	23	24	25	26	27	
25	26	27	28	29	30	31	29							28	29	30	31				
四月							五月							六月							
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	
			1	2	3		1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5			
4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	
11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	
18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	
25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				
							30	31													
七月							八月							九月							
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	
			1	2	3		1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5			
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	
25	26	27	28	29	30	31	29	30	31					26	27	28	29	30			
十月							十一月							十二月							
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	
					1	2	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4					
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31		

2005年日曆

一月							二月							三月													
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六							
						1						1	2	3	4	5						1	2	3	4	5	
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	6	7	8	9	10	11	12							
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	13	14	15	16	17	18	19							
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	20	21	22	23	24	25	26							
23	24	25	26	27	28	29	27	28						27	28	29	30	31									
30	31																										
四月							五月							六月													
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六							
					1	2						1	2	3	4	5						1	2	3	4	5	
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11							
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18							
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25							
24	25	26	27	28	29	30	29	30	31					26	27	28	29	30									
七月							八月							九月													
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六							
						1	2					1	2	3	4	5	6						1	2	3	4	5
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10							
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17							
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24							
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30								
31																											
十月							十一月							十二月													
日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	六							
						1						1	2	3	4	5						1	2	3	4	5	
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10							
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17							
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24							
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31							
30	31																										

日期	診所	醫生及電話	原因

個人健康資料

重量

血壓

接受的服務/健康護理（身體檢查、理療、實驗室化驗、X光照射等）

健康問題/狀況表

過敏表

日期	對什麼過敏?	症狀/反應

個人健康資料

重量

血壓

接受的服務/健康護理（身體檢查、理療、實驗室化驗、X光照射等）

日期

醫生/護理供應商

問題/症狀/疾病

* 請按重要性列出，註明何時開始以及哪些因素使症狀有所好轉或惡化

護理計劃/特別指示/醫生處方

個人健康資料

重量

血壓

接受的服務/健康護理（身體檢查、理療、實驗室化驗、X光照射等）

日期

醫生/護理供應商

問題/症狀/疾病

* 請按重要性列出，註明何時開始以及哪些因素使症狀有所好轉或惡化

護理計劃/特別指示/醫生處方

個人健康資料

重量

血壓

接受的服務/健康護理（身體檢查、理療、實驗室化驗、X光照射等）

日期

醫生/護理供應商

問題/症狀/疾病

* 請按重要性列出，註明何時開始以及哪些因素使症狀有所好轉或惡化

護理計劃/特別指示/醫生處方

個人健康資料

重量

血壓

接受的服務/健康護理（身體檢查、理療、實驗室化驗、X光照射等）

日期

醫生/護理供應商

問題/症狀/疾病

* 請按重要性列出，註明何時開始以及哪些因素使症狀有所好轉或惡化

護理計劃/特別指示/醫生處方

個人健康資料

重量

血壓

接受的服務/健康護理（身體檢查、理療、實驗室化驗、X光照射等）

日期

醫生/護理供應商

問題/症狀/疾病

* 請按重要性列出，註明何時開始以及哪些因素使症狀有所好轉或惡化

護理計劃/特別指示/醫生處方

個人健康資料

重量

血壓

接受的服務/健康護理（身體檢查、理療、實驗室化驗、X光照射等）
