

Phiếu này sẽ giúp quý vị chuẩn bị cho buổi thăm khám với Chuyên Gia Dinh Dưỡng Về Ung Thư của UCSF. Trong buổi thăm khám, họ sẽ giúp quý vị xác định mục tiêu dinh dưỡng, cũng như xây dựng kế hoạch thực tế và bền vững để giúp quý vị đạt được các mục tiêu đó.

*This worksheet will help you prepare for your visit with the UCSF Oncology Dietitian. During the visit they will help you identify nutrition goals and develop realistic and sustainable plans to help you reach those goals.*

**Để tận dụng tối đa buổi thăm khám, sau đây là một số thông tin hữu ích để thu thập/ghi chú cho buổi họp mặt:**

*To get the most out of your visit, here are some helpful pieces of information to gather/note for your meeting:*

Lịch sử cân nặng của quý vị trong vài tháng qua. Hãy đảm bảo chỉ ra bất kỳ lần giảm cân ngoài ý muốn nào (bao nhiêu pound và khi phát hiện).

*Your weight history for the past few months. Be sure to indicate any unintended weight loss (how many pounds and when detected).*

Liệt kê bất kỳ loại thực phẩm hoặc nhóm thực phẩm nào mà quý vị tránh hoặc bị dị ứng/không dung nạp.

*Make a list of any foods or food groups that you avoid or are allergic/have intolerances to.*

Mô tả một ngày ăn uống thông thường - bắt đầu với bữa ăn đầu tiên trong ngày (bao gồm đồ ăn nhẹ và đồ uống) cho đến sáng hôm sau.

*Describe a typical day of eating - start with the first meal of the day (including snacks and beverages) all the way through until the next morning.*

Liệt kê các bữa ăn truyền thống mà quý vị tuân thủ hoặc truyền thống gia đình quan trọng liên quan đến thực phẩm/chế độ ăn.

*List traditional meals you observe, or important family traditions related to food/diet.*

Chuyên gia dinh dưỡng cũng sẽ xem xét bất kỳ triệu chứng nào sau đây mà quý vị có thể đang gặp phải và thời điểm triệu chứng đó bắt đầu.

*The Dietitian will also review any of the following symptoms you may be currently experiencing, and when they started.*

Xin lưu ý bất kỳ rào cản hiện tại nào đối với việc ăn uống như: *Please note any current barriers to eating such as:*

Mệt mỏi *Fatigue*

Mất cảm giác thèm ăn *Loss of appetite*

Thay đổi về hương vị thức ăn *Changes in the way food tastes*

Buồn nôn *Nausea*

Nôn mửa *Vomiting*

Khó nhai hoặc nuốt *Difficulty chewing or swallowing*

Xin lưu ý bất kỳ vấn đề tiêu hóa hiện tại nào như: *Please note any current digestive issues such as:*

Tiêu chảy *Diarrhea*

Táo bón *Constipation*

Đầy hơi hoặc chướng bụng khó chịu *Uncomfortable abdominal gas or bloating*

Nếu quý vị có hoặc đang dùng bất kỳ loại thực phẩm bổ sung dinh dưỡng nào, vui lòng mang theo những thứ này khi đi khám để tiện thảo luận với Chuyên Gia Dinh Dưỡng (ví dụ như vitamin, khoáng chất, thực phẩm bổ sung thảo dược, đồ uống/thực phẩm bổ sung protein).

*If you have, or are taking any nutritional supplements please gather these for the appointment so they will be nearby to discuss with the Dietitian (i.e. vitamins, minerals, herbal supplements, protein drinks/supplements)*

Cảm ơn quý vị. Chúng tôi mong chờ được gặp quý vị.

*Thank you. We look forward to meeting with you!*