



## PREMIÈRE CONSULTATION

### Comment préparer efficacement votre rendez-vous ?

Afin d'optimiser notre première consultation et de consacrer davantage de temps à l'analyse de votre situation, merci de préparer les informations suivantes sur **3 feuilles A4 distinctes**.

01



#### VOTRE DOSSIER MÉDICAL

##### Informations personnelles

- Nom et prénom
- Date de naissance
- Numéro de GSM
- Coordonnées de votre médecin traitant

##### Antécédents médicaux

- Maladies importantes
- Interventions chirurgicales
- Accidents ou traumatismes
- Hospitalisations

##### Traitements en cours

- Médicaments prescrits
- Automédication
- Compléments alimentaires



Pensez à apporter les boîtes ou une liste complète de vos compléments.

02



#### VOS HABITUDES DE VIE ET ALIMENTAIRES

##### Décrivez une journée alimentaire type :

- Petit-déjeuner
- Collation de 10h
- Déjeuner
- Collation de 16h
- Souper
- Grignotages éventuels

##### Consommations habituelles

- Fruits, légumes, poissons
- Produits laitiers
- Huiles et matières grasses
- Boissons (eau, café, alcool, etc.)

03



#### MOTIF DE CONSULTATION

- Quels sont vos symptômes ou plaintes actuelles ?
- Depuis quand sont-ils présents ?
- Quels examens ont déjà été réalisés ?
- Quels traitements ou approches avez-vous déjà essayés ?
- Quels résultats avez-vous obtenus ?
- Qu'attendez-vous de cette consultation ?



#### ENVOI DU DOSSIER



Par e-mail :  
[info@jackyrassart.be](mailto:info@jackyrassart.be)



Ou par courrier postal  
à l'adresse du cabinet



Accédez à toutes les  
informations utiles  
sur notre site :  
[www.jackyrassart.be](http://www.jackyrassart.be)



#### LE JOUR DU RENDEZ-VOUS



Apportez votre carte d'identité



Apportez vos analyses importantes



Relisez attentivement les 3 feuilles afin  
de répondre le plus complètement possible



#### Merci pour votre collaboration.

Ce résumé préliminaire nous permettra d'aller directement à l'essentiel et de rendre votre consultation plus efficace et plus personnalisée.

*Dr Jacky RASSART*

