

好野旅遊

身體健康調查表

填寫人(請用正楷):

山岳行程:

嗨~野伴:以下項目提問是為了像我們嚮導領隊更知道更了解您個人，以讓登山活動中更能確保團員之身體狀況與安全，感謝您抽空填寫。

1. 特殊體質或疾病紀錄的詳情 –請圈選(也可空白處詳述)▼
(心臟病、高血壓、糖尿病、心血管疾病、氣喘、無法做劇烈運動、特殊體質或疾病紀錄、藥物過敏、服用藥物、曾有重大手術、曾有肢體骨折、無)
2. 有藥物過敏或有服用常備藥物的詳情 *藥物名稱等詳情(沒有上述情形請填寫"無")
3. 有重大手術或有肢體骨折的詳情 *部位以及發生日期等詳情(沒有上述情形請填寫"無")
4. 其他想要詢問的問題有特殊疑問或狀況歡迎提問
5. 是否有海拔 3000 公尺以上高山步道登山經驗&天數(縱走、○型縱走、折返行程)請舉例次數&詳述
縱走:甲地進→乙地出。○型縱走:甲地進→乙地出/繞山一圈。折返行程:單一進出點，原路折返。
舉例:奇萊南華 2 天 2 夜、玉山前峰單攻、嘉明湖 3 天 2 夜 etc...
6. 如有第五題經驗者▲請回覆告知是否曾有高山反應症狀?(舉例:頭暈、嘔吐、嗜睡 etc...)
7. 是否有海拔 1500-3000 公尺以上中級山步道登山經驗&天數(請舉例次數&詳述)
舉例:苗栗加里山、宜蘭羅馬縱走 etc...
8. 平常健走距離&頻率，每周次數&單次行走距離(請舉例次數&詳述)
9. 平常快跑距離&頻率，每周次數&單次行走距離(若有跑馬拉松或三鐵可舉例&詳述)
- 10.補充其它事項:

確認以上是我(參與者)本人_____ (親簽) 填寫，沒有任何隱瞞並照實填寫。

填表時間： 年 月 日