



# Auto-analyse pour évaluer la santé de mes intestins

## ► Analyse à partager avec votre médecin et/ou pharmacien.

1. Depuis quand souffrez-vous de troubles intestinaux ?

.....  
.....  
.....

2. Quels sont vos symptômes ?

.....  
.....  
.....

3. Est-ce toujours les mêmes symptômes qui reviennent ?

.....  
.....  
.....

4. Quelle est la consistance de vos selles ?

.....  
.....  
.....

5. À quelle fréquence allez-vous à selle ?

.....  
.....  
.....

6. S'est-il passé un évènement stressant (*Déménagement, changement professionnel, surcharge professionnelle ou privée, décès, séparation,...*) ?

.....  
.....  
.....

7. D'autres membres de votre famille souffrent-ils également de troubles intestinaux ?

.....  
.....  
.....

8. Avez-vous changé votre alimentation dernièrement ?

.....  
.....

9. Remarquez-vous des corrélations entre vos symptômes et la prise de certains aliments ?

.....  
.....

10. Prenez-vous des médicaments ? Si oui, lesquels ?

.....  
.....

11. Avez-vous déjà essayé des traitements pour vos symptômes intestinaux ? Si oui, lesquels et pendant combien de temps ? Êtes-vous satisfait ?

.....  
.....  
.....

12. Présentez-vous les symptômes suivants :

- Perte de poids     Grosse fatigue     Sang dans les selles
- Fièvre     Douleur persistante



**Consultez rapidement un médecin si vous avez répondu positivement à la plupart des symptômes ci-dessus et que vous avez plus de 55 ans et des antécédents familiaux de cancer colorectal.**

13. Avez-vous autre chose à dire concernant vos troubles intestinaux ?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....