

## PAR – Q ANKETA

Atsakykite į pateiktus klausimus:

|   | Taip | Ne |
|---|------|----|
| Ar gydytojas kada nors nustatė Jums širdies sutrikimą ir rekomendavo tik mediciniškai pagrįstą fizini aktyvumą?   |      |    |
| Ar po fizinių pratimų Jums skauda krūtinę   |      |    |
| Ar pastaraisiais mėnesiais poilsio metu Jums skaudėjo krūtinę   |      |    |
| Ar dėl galvos svaigimo prarandate sąmonę ir pusiausvyrą   |      |    |
| Ar Jus kamuoja kaulų bei sąnarių ligos ir ar jos paaštrėja atliekant fizinius pratimus?                           |      |    |
| Ar gydytojas nuolat išrašo Jums vaistų nuo kraujospūdžio ar širdies ligų (pvz., skatinančių skysčių išsiskyrimą)? |      |    |
| Ar įvardytumėte kitas priežastis, dėl kurių negalite mankštintis be gydytojo pritarimo?                           |      |    |

Kontraindikacijos treniruotis su EMA įranga:

- Asmuo turintis elektroninį implantų (pompą ar kt.)
- Širdies aritmija
- Nėštumas
- Epilepsija
- Odos pažeidimai elektrodų dėjimo vietoje
- Piktybiniai odos dariniai elektrodų dėjimo vietose

Patvirtinu, kad neturiu nei vienos iš viršuje išvardintų būklių:

.....V.pavardė parašas