

Henkilön nykyinen ruoankäyttö, frekvenssikysely
 mies/nainen, ikä v, paino ...kg, pituus.....cm, ihopsoriaasi:lievä/keskivaikea/vaikea,
 nivelpsoriaasi, veriryhmä....., nimi:..... os.

Ruoan laatu/päivä	määrä: gr/dl/rkl/ kpl	joka päivä (x)	5/vko (x)	3/vko (x)	1/vko (x)	ei (x)
Sianliha gr						
Naudanliha gr						
Broileri, Kalkkuna gr						
Kala, lohi gr						
Muu kala gr						
Rasvaton maito lasi						
Kevyt maito lasi						
Täysmaito lasi						
Piimä (2,5 %) lasi						
Piimä (1 %) lasi						
Piimä (< 1 %) lasi						
Maitorahka % dl						
Viili % dl						
Jogurtti %, dl						
Marjajogurtti dl						
Juusto %: 30, 25, 15, 10, 2, <1 gr						
Täysjyväleipä siivuja (30 gr/kpl)						
Sekaleipä siivuja (30 gr/kpl)						
Pulla (30 gr/kpl)						
Viineri (30 gr/kpl)						
Kakku (30 gr/kpl)						
Pizza (30 gr/kpl)						
Hampurilainen kpl						
Suklaa gr						
Sokeri paloja kpl						
Sokeri tl (5 gr) kpl						
Täysmehu lasi kpl						
Skeroitu mehu lasi kpl						
Vesi lasi kpl						
Kahvi kuppi kpl						
Tee kuppi kpl						
Olut (1/3 litr.) kpl						
Viini lasi kpl						
Väkevä viina (4 cl) kpl						
Voi rkl kpl						
Margariini %: 14, 40, 60, 70 rkl kpl						
Rypsiöljy rkl kpl						
Oliiviöljy rkl kpl						
Kalanmaksaöljy rkl kpl						
Kalaöljykapselit						

Kookosrasva rkl kpl, muu rasva						
Peruna kpl						
Makaronilaatikko (2,5 dl) kpl						
Pasta (2,5 dl) kpl						
Kaurapuuro (2,5 dl) kpl						
Riisipuuro (2,5 dl) kpl						
Muu puuro (2,5 dl) kpl						
Marjoja (1dl) kpl						
Hedelmä kpl						
Porkkana kpl						
Muut vihannekset gr						
D-vitamiini (µg) kpl						
Helokkiöljykapselit kpl						
Lesitiini (ei sisällä linolihappoa) kapsl. kpl, raelesitiini tl. (5 ml) kpl						
A-vitamiinilisä (µg) kpl						
B3-vitamiinilisä						
B6-vitamiinilisä						
C-vitamiinilisä						
Kalsiumlisä mg						
Magnesiumlisä mg						
Kaliumlisä g						
Monivitamiinitabletit						
Kinkkuleikkele gr						
Kalkkuna- broilerileikkele gr						
Meetvursti gr						
Nakki vähärasvainen (< 10 %)						
Nakki runsasrasvainen (10-20 %) gr						
Makkara (<10 %) gr						
Makkara (<10 %) gr						
Maksamakkara gr						
Soijamaito (1 dl) kpl						
Tofu gr						
Pähkinät ym.						
Psoriaasin esiintymispaikat (x): Kokovartalolla () Päänahka () Kyynärpäät () Polvet () Jalat () Vatsa () Selkä () Lääkitys:	Psoriaasia lievittävät:	Psoriaasia pahentavat:	Puhkeamistlanne:	Puhkeamisikä:	Kesto vuosia:	Muuta