

セルフチェック

1. これまでに通常の肉体的あるいは精神的能力に影響するような、肺、呼吸、心臓、血液の問題があったことがある。
2. 中程度の運動(例:1.6kmを14分くらいのペースで歩く、200m程度を止まらずに泳ぐ etc...)をするのに苦勞する。または過去12ヶ月間に適性あるいは健康上の理由で、通常の身体活動に参加することができなかった。
3. 目、耳、または鼻腔/副鼻腔に問題があったことがある。
4. 12ヶ月以内に手術を受けた。または過去の手術に関係する問題が今も継続している。
5. 意識を失ったこと、偏頭痛、けいれん、脳卒中、頭部の重傷、持続性の神経傷害あるいは疾病になったことがある。
6. 現在、精神科的疾患、人格障害、パニック発作、あるいは薬物やアルコール依存症で治療中、もしくは過去5年以内に治療が必要だった。または学習障害あるいは発達障害と診断されたことがある。
7. 腰痛、あるいはヘルニア、潰瘍、糖尿病になったことがある。
8. 胃や腸に、最近の下痢も含めて、問題があったことがある。
9. 処方薬(避妊薬、あるいはメフロキン(ラリアム)以外の抗マラリア薬は除く)を服用している。