



An initiative of



MINISTRY OF HEALTH  
SINGAPORE

## Healthier SG Onboarding Questionnaire

Complete a simple questionnaire to facilitate your first onboarding health consultation.  
5 minutes estimated time to complete. Please tick on the circles and fill in the blanks accordingly.

Name:		NRIC:
Height(cm):	Weight(kg):	Body Mass Index (BMI):

### Smoking History

1. Are you a smoker?  
 No, never smoked       No, ex-smoker       Yes, current smoker

### Medical History

2. Has a doctor ever told you that you have diabetes, high blood pressure, and/or high blood cholesterol?  
 Yes       No       Not sure

If yes, please select all that apply:

- Diabetes\*       High blood pressure       High blood cholesterol

\*Which of the following screenings have you gone for in the last 1 year? Please select all that apply.

- Diabetic eye screening       Diabetic foot screening       None of them       Not sure

### Health Screening (If you have answered 'Yes' in Question 2, please skip ahead to Question 6.)

3. Did you go for diabetes screening in the past 3 years?  
 Yes       No       Not sure
4. Did you go for blood pressure screening in the past 2 years?  
 Yes       No       Not sure
5. Did you go for cholesterol screening in the past 3 years?  
 Yes       No       Not sure
6. Did you go for colorectal cancer screening, either a (i) Faecal Immunochemical Test in the past year, or (ii) Colonoscopy in the last 10 years?  
 Yes       No       Not sure       Not applicable, I am not 50 years old and above
7. Did you go for breast cancer screening (Mammogram) in the past 2 years?  
 Yes       No       Not sure       Not applicable, I am not a female 50 years old and above
8. Did you go for cervical cancer screening, either (i) a Pap Smear in the past 3 years, or (ii) HPV DNA test in the past 5 years?  
 Yes       No       Not sure       Not applicable, I am not a female 25 years old and above

### Other Concerns

What other health concerns do you have?

## Healthier SG Soal Selidik Onboarding

Lengkapkan soal selidik mudah untuk memudahkan perundingan kesihatan onboarding pertama anda. 5 minit anggaran masa untuk disiapkan. Sila tandakan pada bulatan dan isikan tempat kosong.

Nama:

NRIC:

Ketinggian(cm):

Berat badan(kg):

Indeks Jisim badan:

### Sejarah Merokok

1. Adakah anda seorang perokok?

- Tidak, tidak pernah merokok  Tidak, bekas perokok  Yes, perokok semasa

### Sejarah perubatan

2. Pernahkah doktor memberitahu anda bahawa anda menghidap diabetes, tekanan darah tinggi, dan/atau kolesterol darah tinggi?

- Yes  Tidak  Tidak pasti

Jika ya, sila pilih semua yang berkenaan:

- Kencing manis\*  Tekanan darah  Kolestrol darah tinggi

\*Antara tayangan berikut, yang manakah anda telah pergi dalam tempoh 1 tahun yang lalu? Sila pilih semua yang berkenaan.

- Pemeriksaan mata kencing manis  Pemeriksaan kaki kencing manis  
 Tiada seorang pun daripada mereka  Tidak pasti

### Pemeriksaan Kesihatan (Jika anda telah menjawab 'Ya' dalam Soalan 2, sila langkau ke hadapan ke Soalan 6.)

3. Adakah anda menjalani saringan diabetes dalam tempoh 3 tahun yang lalu?

- Yes  Tidak  Tidak pasti

4. Adakah anda menjalani pemeriksaan tekanan darah dalam tempoh 2 tahun yang lalu?

- Yes  Tidak  Tidak pasti

5. Adakah anda menjalani pemeriksaan kolesterol dalam tempoh 3 tahun yang lalu?

- Yes  Tidak  Tidak pasti

6. Adakah anda pergi untuk saringan kanser kolorektal, sama ada (i) Ujian Imunokimia najis pada tahun lalu, atau (ii) Kolonoskopi dalam 10 tahun yang lalu?

- Yes  Tidak  Tidak pasti  Tidak berkenaan, saya tidak berumur 50 tahun ke atas

7. Adakah anda menjalani pemeriksaan kanser payudara (Mamogram) dalam tempoh 2 tahun yang lalu?

- Yes  Tidak  Tidak pasti  Tidak berkenaan, saya bukan perempuan berumur 50 tahun ke atas

8. Adakah anda pergi untuk pemeriksaan kanser serviks, sama ada (i) Pap Smear dalam tempoh 3 tahun yang lalu, atau (ii) ujian DNA HPV dalam 5 tahun lepas?

- Yes  Tidak  Tidak pasti  Tidak berkenaan, saya bukan perempuan berumur 25 tahun ke atas

### Kebimbangan Lain

Apakah kebimbangan kesihatan lain yang anda ada?