

Datum	Wann	inzwischen gegessen	Stuhl	Gastro	Haut/ Gyno	Allg./N euro	HNO	Ortho	Umfang	Gewicht	Details/Kommentar/ Medikamente/Besonderheiten
	nüchtern										
	nach Frühstück										
	vor Mittagessen										
	nach Mittagessen										
	vor Abendessen										
	nach Abendessen										
	nüchtern										
	nach Frühstück										
	vor Mittagessen										
	nach Mittagessen										
	vor Abendessen										
	nach Abendessen										
	nüchtern										
	nach Frühstück										
	vor Mittagessen										
	nach Mittagessen										
	vor Abendessen										
	nach Abendessen										
	nüchtern										
	nach Frühstück										
	vor Mittagessen										
	nach Mittagessen										
	vor Abendessen										
	nach Abendessen										
	nüchtern										
	nach Frühstück										
	vor Mittagessen										
	nach Mittagessen										
	vor Abendessen										
	nach Abendessen										
	nüchtern										
	nach Frühstück										
	vor Mittagessen										
	nach Mittagessen										
	vor Abendessen										
	nach Abendessen										
	nüchtern										
	nach Frühstück										
	vor Mittagessen										
	nach Mittagessen										
	vor Abendessen										
	nach Abendessen										

Stuhl-0=kein Stuh/1=sehr hart/2=schön/
3=fest aber Spuren/4=weich/5=Durchfall

Gastro=Blähungen/Sodbrennen/Übelkeit
Haut/Gyno=Juckreiz/Pilze/Exzem

Alg/Neuro=Lethergie/Depression/ Reizbarkt/Panik/Vergesslichtk/
Heißhunger - HNO=Halsweh/Kopfweh/Apthen