

Vorbereitungsbogen

Messen Sie bitte an 3 aufeinanderfolgenden Tagen 4 mal tgl. die **Mundtemperatur**.

°C	Nach dem Aufstehen	Gegen 11 Uhr	Gegen 16 Uhr	Vor dem Einschlafen
1. Tag				
2. Tag				
3. Tag				

Ihre Medikamente:

Ihre derzeitigen Beschwerden

Kann nicht lange durchhalten
 Weniger Energie als andere
 Tiefe Erschöpfung
 Lange Erholungszeiten
 Kältegefühle Hände und Füße
 Hohes Cholesterin
 Reizdarm
 Verstopfung
 Trockene Haut und Haare
 Diffuser Haarausfall
 Rillen, brüchige Fingernägel
 Haare werden grau oder weiß
 Einschlafneigung tagsüber
 Konzentrationsstörungen
 Vergesslichkeit
 Wie Watte im Kopf
 Gewichtszunahme
 Knochen- oder Muskelschmerzen
 Ohrenjucken
 Karpaltunnelsyndrom
 Druck in der Kehle
 Kloßgefühl

Augenbrauen werden dünner
 Haarausfall seitlich Augenbrauen
 Ängste bis Panik
 Herzklopfen
 Zittern
 Durchfall
 Überempfindlich, schreckhaft
 Wutausbrüche
 Ungeduld
 Grippe Symptome ohne Grippe
 Kopfschmerzen
 Körperschmerzen
 Empfindliche Haut
 Innere Unruhe
 Heißhungerattacken
 Reisekrankheit
 Schläfrigkeit auf Kaffee
 Häufiges Harnlassen
 Durchschlafstörungen
 Allergien verschlechtern sich
 Infektneigung
 Alles besser nach 18 Uhr

Libido vermindert
 Schmerzen in der Harnblase
 Prämenstruelles Syndrom
 Starke Monatsblutung
 Schwellungen
 Bluthochdruck
 Hitzewallungen
 Zyklus länger als 30 Tage
 Zyklus kürzer als 26 Tage

Name und Adresse