



Vorbereitungsbogen

Messen Sie bitte an 3 aufeinanderfolgenden Tagen 4 mal am Tag die **Körpertemperatur** unter der Zunge.

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

Sammeln Sie alte **Arztberichte** und legen Sie sie vor. Lassen Sie folgende **Laborbefunde** neu bestimmen: fT3, fT4, TSH, TPO-AK, TRAK, Ferritin, 25-OH-Vit D3, Cortisol.

Medikamente:

Derzeitige **Beschwerden** (bitte Zutreffendes ankreuzen)

Kann nicht lange durchhalten
Weniger Energie als andere
Tiefe Erschöpfung
Lange Erholungszeiten
Kältegefühle Hände und Füße
Hohes Cholesterin
Reizdarm
Kloßgefühl
Druck in der Kehle
Karpaltunnelsyndrom
Verstopfung

Augenbrauen werden dünner
Haarausfall seitlich Augenbrauen
Ängste bis Panik
Herzklopfen
Zittern
Durchfall
Überempfindlich, schreckhaft
Alles besser nach 18 Uhr
Infektneigung
Morgens schlapp
Wutausbrüche

Libido vermindert
Schmerzen in der Harnblase
Prämenstruelles Syndrom
Starke Monatsblutung
Schwellungen
Bluthochdruck
Hitzewallungen
Zyklus länger als 29 Tage
Zyklus kürzer als 27 Tage

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

Ungeduld
Grippesymptome ohne Grippe
Kopfschmerzen
Körperschmerzen
Empfindliche Haut
Innere Unruhe
Heißhungerattacken
Reisekrankheit
Schläfrig auf Kaffee
Häufiges Harnlassen
Durchschlafstörungen
Allergien verschlechtern sich

Name