

Tag 1 Tag 2 Tag 3 Tag 4 Tag 5 Tag 6 Tag 7 Tag 8 Tag 9 Tag 10 Tag 11 Tag 12 Tag 13 Tag 14

Begleitende Symptome:

Völlegefühl
Blähungen
Bauchkrämpfe
Harter Bauch
Sonstiges

Stuhlgang pro Tag:

1
2
3
> 3

Vollständige Darmentleerung (gefühl):

ja
nein

Beschwerden beim Stuhlgang:

Pressen
Schmerzen

Beschaffenheit:

Typ 1
Typ 2
Typ 3
Typ 4
Typ 5

Subjektives Empfinden / Lebensqualität:

Gut
Mittel
Schlecht

Flüssigkeitsaufnahme/Tag:

< 1,5 Liter
> 1,5 Liter

Bewegung pro Woche:

< 30 Minuten
> 30 Minuten

Einnahme von Medikamenten:

z.B.: Eisenpräparate, Blutdrucksenker, Antidepressiva

Ja
Wenn ja, welche:
Nein

Grunderkrankungen:

z.B.. Diabetes, Morbus Parkinson, Multiple Sklerose

Ja
Wenn ja welche:
Nein

Begleitumstände:

Stress
Hormonumstellung
z.B. Periode, Stillzeit, Schwangerschaft, Menopause
Ernährungsumstellung
Nikotinentzug

Einnahme Abführmittel:

ja
nein

