

Mein Befinden – in Schulnoten

BEISPIEL															
															12.09
Darm															5
Gelenke															3
Gewicht															2
Haut															6
Konzentration															4
Kopfschmerz/Migräne															1
Magen															2
Stimmung															1

Meine weiteren Symptome

ERKLÄRUNG:

Bitte tragen Sie möglichst jeden Tag Ihr Befinden in eine der Spalten ein. Verwenden Sie hierbei das Schulnoten-System (1 = sehr gut, 6 = ungenügend). In der ersten Zeile ist Platz für das Datum.