Trinkmenge in Gläsern (0,2 l)	Nahrungsmittel
Beispiel: 6	Zwiebelkuchen / Traubensaft

STUHLTAGEBUCH

Wenn Ihnen der Stress auf den Magen schlägt

Damit Ihr Arzt besser absehen kann, ob eine ernsthafte Erkrankung von Magen oder Darm vorliegt, sollten Sie ein Stuhltagebuch führen. Dies kann Ihrem Arzt bei der richtigen Diagnose helfen, da im Stuhltagebuch Stuhlkonsistenz und Begleitsymptome (z. B. Fieber, Schmerzen, Blut im Stuhl und Schleimbeimengungen) über einen längeren Zeitraum dokumentiert werden. Auch das Notieren von körperlichen Aktivitäten, Ihrer täglichen Trinkmenge und besonderen Nahrungsmitteln, die Sie gegessen haben, ist für eine Diagnose wichtig.

Um auszuschließen, dass die Verdauungsstörungen durch die Einnahme von Medikamenten hervorgerufen werden, nennen Sie bitte die Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen:

morgens

mittags

abends

Sonstige Anmerkungen

HEVERT ARZNEIMITTEL

Vorname

Name

Geburtsdatum

Datum	fester Stuhl Typ 1	Typ 2	Typ 3	Typ 4	flüssiger Stuhl Typ 5	Typ 6	Typ 7	Stuhlhäufigkeit	Begleitsymptome	Körperliche Aktivitäten
Beispiel: 1.1.2019	○	✕	○	○	○	✕	○	2	Schlafstörungen	1 Stunde Fitness
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			
	○	○	○	○	○	○	○			