

# Vorbereitungsbogen zum Praxistermin

1. 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				

2. Sammeln Sie alte **Arztberichte** und bringen Sie sie zum Termin mit. Versuchen Sie folgende **Laborbefunde** neu bestimmen zu lassen:

fT3, fT4, TSH, TPO-AK, TAK, TRAK, Ferritin, Cortisol, Aldosteron, Progesteron, 17-Beta-Östradiol, FSH, 25-OH Vitamin D3, Vitamin B6, Vitamin B12.

3. Derzeitige **Beschwerden** (bitte Zutreffendes ankreuzen)

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

Name

Geburtsdatum

Adresse