Buscopan®

Hasfájás napló

Célzott segítség a hasi görcsök és diszkomfort kezelésére

Név:_____ Dátum:_____ -tól _____ -ig

		H	K	SZ	CS	P	SZ	V	H	K	SZ	CS	P	SZ	V	H	K	SZ	CS	P	SZ	V
ételek	**Gyümölcsök:**																					
	narancs																					
	grapefruit																					
	alma																					
	egyéb																					
	Zöldség:																					
	bab																					
	borsó																					
	karfiol																					
	brokkoli																					
	kelkáposzta																					
	káposzta																					
	paprika																					
	hagyma																					
	egyéb																					
	Tejtermékek:																					
	tej																					
	sajt, túró, yoghurt																					
	kakaó																					
	egyéb																					
	Húsok:																					
	marhahús																					
	egyéb																					
ital és cigaretta	alkohol																					
	kávé																					
	cigeretta																					
körülmények	alváshiány																					
	erős érzelmek (öröm, bánat)																					
	bosszúság																					
	időhiány, feszültség, stressz																					
	az orvos felkeresése																					
	egyéb																					
tünetek	fájdalom																					
	görcs																					
	felfúvódás, puffadás																					
	hasmenés																					
	székrekedés																					
	egyéb																					