

SYMPTOMTAGEBUCH

Die Überwachung der Symptome ist wesentlich, um die aktuelle Therapie zu bewerten und gegebenenfalls zu optimieren. Das Symptomtagebuch kann dir helfen, **diese zu dokumentieren**. Lade dir unser Tagebuch herunter und drucke es aus, um deine Symptome genau festzuhalten. Die Aufzeichnungen können dir bei deinem nächsten Arztbesuch weiterhelfen.

Name _____ Alter _____

Startdatum der Therapie für Hypothyreose (Levothyroxin) (sofern vorhanden) _____

Datum der Umstellung auf eine neue Therapie für Hypothyreose (wenn vom Arzt verordnet) _____

Mach dir keine Sorgen, wenn du unmittelbar nach dem Beginn der Therapie noch Symptome spürst, denn es ist etwas Zeit erforderlich, bis die Therapie ihre vollständige Wirkung entfaltet. Es ist jedoch wichtig, die Behandlung und die vom Arzt bestimmten Anweisungen weiterhin einzuhalten.

WÖCHENTLICHE AUSWERTUNG DES SYMPTOMS

X Verwende ein „X“, um ein aufgetretenes Symptom während der Woche zu markieren.

★ Verwende ein ★, um die Dauer deiner Periode festzuhalten.

O Verwende ein „O“, um das Datum einer Kontrolluntersuchung zu dokumentieren.

MONAT (markieren)	JAN	FEB	MÄR	APR	MAI	JUN
	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ

		TAG	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
SYMPTOM	Müdigkeit																																					
	Ermüdung und Muskelschwäche																																					
	Leistungsschwäche																																					
	Übermäßige Kälteempfindlichkeit																																					
	Trockenheit der Haut																																					
	Haarausfall																																					
	Brüchige Nägel																																					
	Schläfrigkeit																																					
	Anhaltendes Gefühl von Traurigkeit																																					
	Unregelmäßiger Menstruationszyklus																																					
	Sexuelle Dysfunktionen																																					
	Krämpfe, Gelenksteifigkeit und Gelenkschwellung																																					
	Langsamer oder unregelmäßiger Herzschlag																																					
	Raue Stimme, tiefere Stimme																																					
	Gedächtnisverlust																																					
	Konzentrationsschwierigkeiten																																					
	Erhöhte Cholesterinwerte																																					
	Verstopfung																																					
	Geschwollene Glieder/Wasseransammlung																																					
Sonstiges:																																						