

Persönliches

Symptomtagebuch Reizmagen



Liebe Patientin, lieber Patient,

dieses Symptomtagebuch Reizmagen hilft Ihnen und Ihrem Arzt / Heilpraktiker, die individuell richtige Therapie für Sie herauszufinden. Tragen Sie dazu einfach über mehrere Tage / Wochen hinweg exakt den Zeitpunkt, die Art und den Auslöser Ihrer Beschwerden sowie Ihr persönliches Empfinden und die ergriffenen Selbsthilfemaßnahmen ein. Nehmen Sie dann das ausgefüllte Tagebuch zu Ihrem nächsten Praxisbesuch mit und legen es Ihrem Arzt / Heilpraktiker vor, um die Einträge gemeinsam zu besprechen.

Gute Besserung wünscht Ihnen
Ihr Team von www.enzynorm.de



Tipp: Füllen Sie das Symptomtagebuch ganz bequem im PDF aus! Einfach in die gewünschte Zeile springen und lostippen.

Name

Vorname

Reizmagen

Der Reizmagen gehört zu den häufigsten Formen von Verdauungsbeschwerden – und ist ein Hauptgrund für den Besuch beim Arzt / Heilpraktiker. Geschätzte 15 bis 25 Prozent der Bevölkerung leiden an einem Reizmagen (auch „funktionelle Dyspepsie“ genannt).

Typisch sind Beschwerden im Magen, die länger als drei Monate immer wieder auftreten: Druck- und Völlegefühl nach dem Essen, das Gefühl, nach einigen Bissen bereits satt zu sein und Schmerzen im Oberbauch. Beim Reizmagen kommt es auch häufig zu unangenehmem Aufstoßen und Sodbrennen, deren Ursachen sowohl eine Über- als auch eine Untersäuerung sein können.

Haben Sie Fragen zur „funktionellen Dyspepsie“ oder zu anderen Verdauungsbeschwerden? Dann schreiben Sie dem Expertenteam: info@enzynorm.de.

Weitere hilfreiche Tipps für den Alltag, Broschüren zum Download und Wissenswertes zum Thema Magenbeschwerden und Enzynorm®f finden Sie ebenfalls auf unserer Homepage www.enzynorm.de



Symptomtagebuch Reizmagen

Datum/
Uhrzeit/
Ort

Bewerten Sie Ihre
Beschwerden:
Welche Beschwerden
hatten Sie? Wie stark
waren diese?
0 = beschwerdefrei
10 = extrem

Beschreiben Sie die
Beschwerdesituation:
Was haben Sie gemacht?
Haben Sie gegessen?
Falls ja, was? Haben
Sie sich über jemanden
aufgeregt, geärgert?

Wie haben Sie sich gefühlt?
Waren Sie beispielsweise
traurig?

Wie haben Sie sich
selbst geholfen?
Hingelegt?
Medikamente?
Wärmflasche?
Tee?

Symptomtagebuch Reizmagen

Datum/
Uhrzeit/
Ort

Bewerten Sie Ihre
Beschwerden:
Welche Beschwerden
hatten Sie? Wie stark
waren diese?
0 = beschwerdefrei
10 = extrem

Beschreiben Sie die
Beschwerdesituation:
Was haben Sie gemacht?
Haben Sie gegessen?
Falls ja, was? Haben
Sie sich über jemanden
aufgeregt, geärgert?

Wie haben Sie sich gefühlt?
Waren Sie beispielsweise
traurig?

Wie haben Sie sich
selbst geholfen?
Hingelegt?
Medikamente?
Wärmflasche?
Tee?

Symptomtagebuch Reizmagen

Datum/
Uhrzeit/
Ort

Bewerten Sie Ihre
Beschwerden:
Welche Beschwerden
hatten Sie? Wie stark
waren diese?
0 = beschwerdefrei
10 = extrem

Beschreiben Sie die
Beschwerdesituation:
Was haben Sie gemacht?
Haben Sie gegessen?
Falls ja, was? Haben
Sie sich über jemanden
aufgeregt, geärgert?

Wie haben Sie sich gefühlt?
Waren Sie beispielsweise
traurig?

Wie haben Sie sich
selbst geholfen?
Hingelegt?
Medikamente?
Wärmflasche?
Tee?

Symptomtagebuch Reizmagen

Datum/
Uhrzeit/
Ort

Bewerten Sie Ihre
Beschwerden:
Welche Beschwerden
hatten Sie? Wie stark
waren diese?
0 = beschwerdefrei
10 = extrem

Beschreiben Sie die
Beschwerdesituation:
Was haben Sie gemacht?
Haben Sie gegessen?
Falls ja, was? Haben
Sie sich über jemanden
aufgeregt, geärgert?

Wie haben Sie sich gefühlt?
Waren Sie beispielsweise
traurig?

Wie haben Sie sich
selbst geholfen?
Hingelegt?
Medikamente?
Wärmflasche?
Tee?

Symptomtagebuch Reizmagen

Datum/
Uhrzeit/
Ort

Bewerten Sie Ihre
Beschwerden:
Welche Beschwerden
hatten Sie? Wie stark
waren diese?
0 = beschwerdefrei
10 = extrem

Beschreiben Sie die
Beschwerdesituation:
Was haben Sie gemacht?
Haben Sie gegessen?
Falls ja, was? Haben
Sie sich über jemanden
aufgeregt, geärgert?

Wie haben Sie sich gefühlt?
Waren Sie beispielsweise
traurig?

Wie haben Sie sich
selbst geholfen?
Hingelegt?
Medikamente?
Wärmflasche?
Tee?

Symptomtagebuch Reizmagen

Datum/
Uhrzeit/
Ort

Bewerten Sie Ihre
Beschwerden:
Welche Beschwerden
hatten Sie? Wie stark
waren diese?
0 = beschwerdefrei
10 = extrem

Beschreiben Sie die
Beschwerdesituation:
Was haben Sie gemacht?
Haben Sie gegessen?
Falls ja, was? Haben
Sie sich über jemanden
aufgeregt, geärgert?

Wie haben Sie sich gefühlt?
Waren Sie beispielsweise
traurig?

Wie haben Sie sich
selbst geholfen?
Hingelegt?
Medikamente?
Wärmflasche?
Tee?

Gute Aussichten für Ihren Magen

Enzynorm® f: hilft Ihrem gereizten Magen bei Völlegefühl, Blähungen und Magenschmerzen

- > mit Pepsin für die Eiweißverdauung
- > für die tägliche Anwendung geeignet
- > ohne Alkohol, Laktose und Gluten

Nordmark Arzneimittel GmbH & Co. KG

Pinnuallee 4 • 25436 Uetersen

Tel: 04122 712-0

Fax: 04122 712-220

www.nordmark-pharma.de

info@nordmark-pharma.de

www.enzynorm.de



57000001ZIT06101_07/2018

Enzynorm® f Überzogene Tabletten. **Wirkstoffe:** Pepsin vom Schwein (225 - 250 mg/Tablette, entsprechend 190 Ph.Eur. Einheiten Proteinaseaktivität) und Aminosäure-Hydrochlorid aus Rinderbluteiweißhydrolysat (250 mg/Tablette). Zur Unterstützung der Magenfunktion. Enthält Glucose und Sucrose (Zucker). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** Stand März 2014.

Verantwortlich für diesen Inhalt: Nordix Pharma Vertrieb GmbH, Pinnuallee 4, 25436 Uetersen
Ein Unternehmen der Nordmark-Gruppe