

freizappen Protokoll

Name: _____

				Symptome: 0 oder leer = nein 1 = leicht 2 = mittel 3 = stark												
Tag	Uhrzeit	Zappen Minuten	Temperatur	gefühl krank	Nase	riechen schmecken	Hals	Husten	Lunge atmen	müde	kein Appetit	übel	Bauch Durchfall	Schmerzen		schwindlig
														Körper	Kopf	
.	:															
	:															
.	:															
	:															
.	:															
	:															
.	:															
	:															
.	:															
	:															
.	:															
	:															