

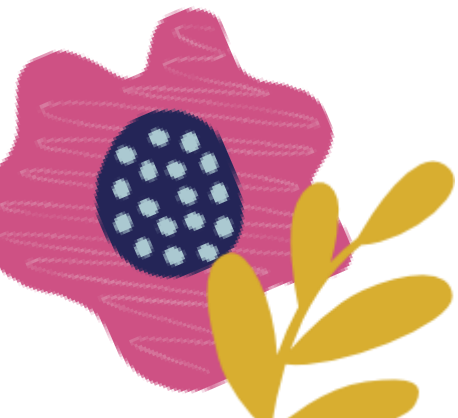
Imię Nazwisko:

Data urodzenia:

Data:



Godzina	Saturacja, zmierz 3x dziennie i w nocy	Wypróżnienie	Przyjmowane leki, suplementy, inne	Skład posiłku	Pełnia księżyc, Nów	Infekcje, temperatura	Aktywności	Sen	Napady



Dodatkowe uwagi;

Na koniec każdego dnia podsumuj ilość napadów prowadź taki dziennik przez miesiąc lub dłużej w zależności od napadów. Po tym czasie przeanalizuj czy napady pojawiają się w dniu kiedy dziecko np. coś innego zjadło, albo zawsze kiedy je daną potrawę.

Może nie robiło kupy przez 2,3 dni i w kolejnym występuje napad. Może saturacja jest na poziomie poniżej normy. Często występowanie napadów ze zwiększoną ilością obserwuje się przed infekcją zwłaszcza wirusową. Nadmierny wysiłek, czy skok rozwojowy również może wiązać się ze zwiększoną ilością napadów. Pełnia księżycy, nów, o tym również się mówi w kwestii zwiększenia aktywności napadów.

Jeśli zauważysz korelacje postaraj się wyeliminować czynniki, poprawić np. jakość posiłków wyeliminować produkty, np. dotlenić jeśli spada saturacja, poprzez spanie przy uchylonym oknie, spaceru etc.

Możesz dodać również swoje inne uwagi spostrzeżenia, rozbudować tabelę.
Spróbuj nic nie tracisz, a może zauważysz bardzo dużo :))

Pozdrawiam
Olga Hawryluk
fizjoterapeuta,
terapeuta metody Mikropolaryzacji wg prof. Sheliakina,
Praktyk metody Tomatis
współzałożycielka Uniquecenter