

Evidence stravy a potíží

Týden: _____

Tato tabulka slouží pro evidenci zkonsumované stravy při podezření na potravinovou alergii nebo intoleranci. Může přinést důležité vstupní informace pro provedení diagnostických testů lékařem. Doporučujeme stravu sledovat alespoň 2–3 týdny před plánovanou návštěvou lékaře. Na každý týden si tedy připravte jeden výtisk této tabulky.

Pondělí	Čas	Zkonsumované jídlo a pití
Úterý	Čas	Zaznamenané zdravotní potíže
Úterý	Čas	Zkonsumované jídlo a pití
Úterý	Čas	Zaznamenané zdravotní potíže
Středa	Čas	Zkonsumované jídlo a pití
Středa	Čas	Zaznamenané zdravotní potíže

Pokračujte na další straně

Čtvrtek	Čas	Zkonzumované jídlo a pití
Pátek	Čas	Zkonzumované jídlo a pití
Sobota	Čas	Zkonzumované jídlo a pití
Neděle	Čas	Zkonzumované jídlo a pití
	Čas	Zaznamenané zdravotní potíže