












































































































































































Stuhltagebuch bei Verstopfung


























































- Bitte füllen Sie jeden Tag eine Zeile in der Tabelle aus.
- Immer montags bis sonntags, insgesamt 3 Monate lang ohne Unterbrechung.
- Versuchen Sie, jeden Tag etwa 2 l Trinkmenge zu sich zu nehmen (Wasser, Tee, Säfte).


























































Datum	Trinkmenge in ml	Menge Obst am Tag	Abführmittel	Stuhlgang heute?	Konsistenz Stuhl	Zufriedenheit mit der Darmentleerung
	1 = Eine 1-Liter-Flasche 2 = großer Becher (200 ml) 3 = 1 Tasse (150 ml)	0 = kein Obst 1 = 1 Apfel, 1 Birne, usw. 2 = 2 Äpfel, 2 Birnen, usw.	0 = keine 1 = Movicol 2 = Laxoberal 3 = Lactulose 4 = Klysma 5 = andere	0 = nein 1 = ja, 1 Mal heute 2 = ja, 2 Mal heute 3 = ja, 3 Male heute usw.	0 = kein Stuhlgang 1 = weich 2 = hart 3 = Durchfall	Bitte nicht Zutreffendes durchstreichen!
z. B. 08.08.2014	z.B. 1 x 1 , 4 x 2 = 1,8 Liter	z. B. 2	z. B. 0	z. B. 4	z. B. 3	
						
						
						
						
						
						

















































						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  
						  

Erstellt von Frau Mari Arens, Ärztin in der Praxis Doniec Birkner Heits