

Anleitung zum Ausfüllen des Bauchschmerzkalenders

Der Bauchschmerzkalender wird in der Regel über vier Wochen geführt. Dabei werden zwei sogenannte Auslassversuche mit Vermeidung bestimmter Kohlenhydrate gemacht.

Wir bitten Sie, folgende Reihenfolge einzuhalten:

1. Woche: Normale Ernährung (wie gewohnt)
2. Woche: keine Milchprodukte, bzw. laktosefreie Produkte *
3. Woche: Normale Ernährung (wie gewohnt)
4. Woche: keine Fructose/Sorbit **

(Manchmal ist es sinnvoll, die Karenzphase auf zwei Wochen zu erhöhen.)

* Bei einer Milchzucker - (Laktose) Unverträglichkeit gibt es große Unterschiede bezüglich der Menge an Laktose, die der Patient verträgt. Während des Auslassversuches sollte möglichst komplett laktosefrei ernährt werden. Achtung auch bei Gebäck, Soßen, Fertiggerichten usw.;

** Auch bei einer Fructose- und Sorbit-Unverträglichkeit sind die Grenzen der Verträglichkeit von Patient zu Patient sehr verschieden. Während des Auslassversuches sollte möglichst Fructose- und Sorbit frei ernährt werden. Kein Obst, Obstsaft oder Trockenfrüchte (Ausnahme Banane), kein Haushaltszucker, Diabetikerzucker oder Zuckeralkohole (Sorbit E420, Mannit E421, Xylit E967, Isomalt E953, Laktit E966, Maltit E965);

Bitte geben Sie den ausgefüllten Bauchschmerzkalender einige Tage vor dem Besprechungstermin in der Praxis ab, damit er ausgewertet werden kann.

Vielen Dank!
Ihr Praxisteam



Bauchschmerz-Kalender für Kinder und Jugendliche

Name _____ Woche: vom _____ bis _____

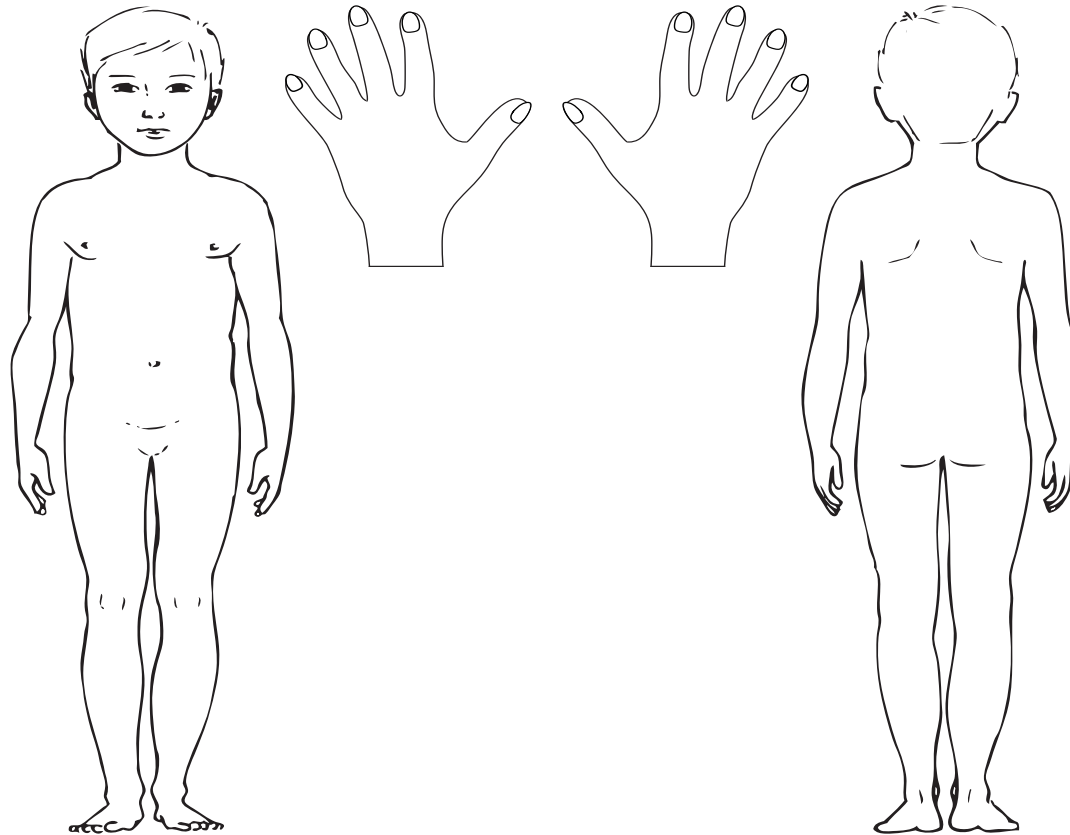
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Hattest Du heute Bauchschmerzen?							
Um wieviel Uhr fingen die Bauchschmerzen an?							
Wann hörten sie auf?							
Wie stark waren sie (1-10)?							
War Dir übel?							
Musstest Du erbrechen?							
Welche Schmerzen traten sonst noch auf?							
Welches Medikament hast Du genommen?							
Welche Dosis hast Du genommen?							
Hast Du „großes Geschäft“ gemacht?							
Was fiel wegen der Schmerzen heute aus?							
Was hast Du heute besonderes gegessen?							
Was hast Du heute besonderes getrunken?							
Was hast Du heute genascht?							

Wo waren Deine Schmerzen? Bitte die Stelle mit den stärksten Schmerzen einkreisen und ausmalen!

Stärkste Schmerz-Farbe

schwächste Schmerz-Farbe

--	--	--	--	--



symptomfrei



nicht verbessert