

unoDenta | Praxis für Biologische Zahnmedizin & Holistische Naturheilkunde | Andrea Weber
Nibelungenstr.48 | 68642 Bürstadt | Tel. 06206/7211 | Fax 06206/969357 |

info@unoDenta.de | www.unoDenta.de

unoDenta - Ihr Weg zur antientzündlichen Lebensweise



Mein Ernährungs - Tagebuch

Patientenname:	Vorname:
E-Mail:	Tel Nr.:

TAG 1 Datum:

Uhrzeit Verzehr	Nahrungsmittel (Speise oder Getränk)	Menge (Stck. oder Liter)	*Anmerkungen des Therapeuten

TAG 2 Datum:

Uhrzeit Verzehr	Nahrungsmittel (Speise oder Getränk)	Menge (Stck. oder Liter)	*Anmerkungen des Therapeuten

KH= Kohlehydrate, E= Eiweiß, F = Fett, B= Ballaststoff; glu = glutenhaltig, lac= lactosehaltig, his= histaminhaltig, lec = lectinhaltig, fruc = fructosehaltig, inu = Inulin; alc = alkoholhaltig

D:\Word\unoDenta\Anamnese_Bögen\Ernährungstagebuch.doc

unoDenta | Praxis für Biologische Zahnmedizin & Holistische Naturheilkunde | Andrea Weber
Nibelungenstr.48 | 68642 Bürstadt | Tel. 06206/7211 | Fax 06206/969357 |

info@unoDenta.de | www.unoDenta.de

unoDenta - Ihr Weg zur antientzündlichen Lebensweise



Mein Ernährungs - Tagebuch

Patientenname:	Vorname:
E-Mail:	Tel Nr.:

TAG 3 Datum:

Uhrzeit Verzehr	Nahrungsmittel (Speise oder Getränk)	Menge (Stck. oder Liter)	*Anmerkungen des Therapeuten

TAG 4 Datum:

Uhrzeit Verzehr	Nahrungsmittel (Speise oder Getränk)	Menge (Stck. oder Liter)	*Anmerkungen des Therapeuten

KH= Kohlehydrate, E= Eiweiß, F = Fett, B= Ballaststoff; glu = glutenhaltig, lac= lactosehaltig, his= histaminhaltig, lec = lectinhaltig, fruc = fructosehaltig, inu = Inulin; alc = alkoholhaltig

D:\Word\unoDenta\Anamnese_Bögen\Ernährungstagebuch.doc

unoDenta | Praxis für Biologische Zahnmedizin & Holistische Naturheilkunde | Andrea Weber
Nibelungenstr.48 | 68642 Bürstadt | Tel. 06206/7211 | Fax 06206/969357 |

info@unoDenta.de | www.unoDenta.de

unoDenta - Ihr Weg zur antientzündlichen Lebensweise



Mein Ernährungs - Tagebuch

Patientenname:	Vorname:
E-Mail:	Tel Nr.:

TAG 5 Datum:

Uhrzeit Verzehr	Nahrungsmittel (Speise oder Getränk)	Menge (Stck. oder Liter)	*Anmerkungen des Therapeuten

TAG 6 Datum:

Uhrzeit Verzehr	Nahrungsmittel (Speise oder Getränk)	Menge (Stck. oder Liter)	*Anmerkungen des Therapeuten

KH= Kohlehydrate, E= Eiweiß, F = Fett, B= Ballaststoff; glu = glutenhaltig, lac= lactosehaltig, his= histaminhaltig, lec = lectinhaltig, fruc = fructosehaltig, inu = Inulin; alc = alkoholhaltig

D:\Word\unoDenta\Anamnese_Bögen\Ernährungstagebuch.doc

unoDenta | Praxis für Biologische Zahnmedizin & Holistische Naturheilkunde | Andrea Weber
 Nibelungenstr.48 | 68642 Bürstadt | Tel. 06206/7211 | Fax 06206/969357 |

info@unoDenta.de | www.unoDenta.de

unoDenta - Ihr Weg zur antientzündlichen Lebensweise



Mein aktuelles Beschwerde –Tagebuch (alle, auch von der Ernährung unabhängige, Beschwerden)

Patientenname:	Vorname:
E-Mail:	Tel Nr.:

Beschwerden/Auffälligkeiten (während des Tages oder der Nacht: z.B. Schlechte Schlafqualität, Bauch-, Glieder-, Gelenk-, Kopfschmerz; Blähungen etc.)	Datum/ Uhrzeit Beschwerden	Anmerkungen des Therapeuten	Beschwerden/Auffälligkeiten (während des Tages oder der Nacht: z.B. Schlechte Schlafqualität, Bauch-, Glieder-, Gelenk-, Kopfschmerz; Blähungen etc.)	Datum/ Uhrzeit Beschwerden	Anmerkungen des Therapeuten

KH= Kohlehydrate, E= Eiweiß, F = Fett, B= Ballaststoff; glu = glutenhaltig, lac= lactosehaltig, his= histaminhaltig, lec = lectinhaltig, fruc = fructosehaltig, inu = Inulin; alc = alkoholhaltig

D:\Word\unoDenta\Anamnese_Bögen\Ernährungstagebuch.doc