



Darmgesundheit – Selbsttest

Bitte Zutreffendes ankreuzen oder unterstreichen.

- Haben Sie öfter Durchfall, Bauchschmerzen, Verstopfung - Reizdarm?
- Rauchen Sie?
- Ist Ihnen öfters übel und müssen sich übergeben?
- Nehmen Sie regelmäßig Abführmittel?
- Hat sich Ihr Stuhlverhalten in letzter Zeit plötzlich verändert?
- Kommt bei Ihnen fast täglich Fleisch, Wurst oder Geräuchertes auf den Tisch?
- Essen Sie nur selten frisches Obst, Gemüse oder Salat?
- Haben Sie weniger als dreimal pro Woche Stuhlgang oder müssen Sie dabei stark pressen?
- Hatten Sie schon einmal Blutspuren auf dem Toilettenpapier?
- Reagiert Ihre Verdauung sensibel auf bestimmte Lebensmittel?
- Verbrauchen Sie viel Toilettenpapier?
- Schwimmt Ihr Stuhl im Toilettenwasser obenauf?
- Haben Sie häufiger Schmerzen im rechten Unterbauch?
- Haben Sie Lebensmittelunverträglichkeiten? Milchzucker, Fruchtzucker, Gluten?
- Haben Sie die letzten 2 Jahre Antibiotika eingenommen?
- Leiden Sie an allergischen Erkrankungen? Heuschnupfen, Hausstauballergie?
- Haben Sie Hautprobleme? Akne, Schuppenflechte, Neurodermitis, Ekzeme?
- Leiden Sie unter Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen, Depressionen, Angst- oder Panikattacken?
- Sind Sie öfters erkältet - Husten, Schnupfen, Halsschmerzen, Mandel- oder Nasennebenhöhlenentzündung
- Leiden Sie unter chronischer Bronchitis oder Asthma?
- Leiden Sie unter Migräne oder häufigen Kopfschmerzen?
- Leiden Sie unter häufig wiederkehrenden Blasenentzündungen?
- Leiden Sie unter häufiger vaginaler Pilzkrankung?
- Sind Sie oft sehr müde und antriebslos?

Bitte bringen Sie diesen Test zur Besprechung in die Florian Apotheke.
Wir beraten Sie gerne.