

# Vorbereitungsbogen zum Besuch bei Heilpraktikerin Andrea Perzl

**1. Messen Sie bitte an 3 aufeinanderfolgenden Tagen 4 x am Tag die Körpertemperatur unter der Zunge. Evtl. auch nach stärkeren Belastungen, Sport oder Stress- Situationen extra notieren.**



°C	Nach dem Aufstehen	Gegen 11 Uhr	Gegen 16 Uhr	Vor dem Einschlafen
1.Tag				
2.Tag				
3.Tag				

**2. Sammeln Sie alte Arztberichte und bringen Sie sie zum Termin mit. Versuchen Sie folgende Laborbefunde neu bestimmen zu lassen: fT3, fT4, TSH, TPO-AK, TAK, TRAK, Ferritin, Cortisol, Aldosteron, Progesteron, 17-BetaÖstradiol, FSH, 25-OH Vitamin D3, Vitamin B6, Vitamin B12. Evtl. vorhandene Schilddrüsen- Ultraschallbilder und ein Gesichtsbild (ungeschminkt bei Tageslicht). Bitte alles per Email senden**

### **3. Derzeitige Beschwerden, bitte ankreuzen:**

- |                              |                                  |                              |
|------------------------------|----------------------------------|------------------------------|
| Kann nicht lange durchhalten | Weniger Energie als andere       | Vergesslichkeit              |
| Augenbrauen werden dünner    | Haarausfall seitlich Augenbrauen | Heißhungerattacken           |
| Libido vermindert            | Diffuser Haarausfall             | Reisekrankheit               |
| Schmerzen in der Harnblase   | Prämenstruelles Syndrom          | Gefühl wie Watte im Kopf     |
| Tiefe Erschöpfung            | Lange Erholungszeiten            | Gewichtszunahme              |
| Ängste bis Panik             | Starke Monatsblutung             | Schläfrig auf Kaffee         |
| Herzklopfen                  | Bluthochdruck                    | Knochen- und Muskelschmerzen |
| Kältegefühle Hände und Füße  | Verstopfung                      | Häufiges Harnlassen          |
| Zittern                      | Reizdarm                         | Ohrenjucken                  |
| Schwellungen                 | schreckhaft                      | Durchschlafstörungen         |
| Hohes Cholesterin            | Allergien verschlechtern sich    | Karpaltunnelsyndrom          |
| Durchfall                    | Druck in der Kehle               | Alles besser nach 18 Uhr     |
| Überempfindlich              | Infektneigung                    | Kloßgefühl                   |
| Hitzewallungen               |                                  |                              |
| Wutausbrüche                 |                                  |                              |
| Trockene Haut und Haare      | Name / Adresse/ Geburtsdatum     |                              |
| Ungeduld                     |                                  |                              |
| Grippesymptome ohne Grippe   |                                  |                              |
| Rillen, brüchige Fingernägel |                                  |                              |
| Kopfschmerzen                |                                  |                              |
| Haare werden grau oder weiß  |                                  |                              |
| Körperschmerzen              |                                  |                              |
| Einschlafneigung tagsüber    |                                  |                              |
| Empfindliche Haut            |                                  |                              |
| Konzentrationsstörungen      |                                  |                              |