

Diario dell'endometriosi

Nome _____

Settimana dal _____ al _____

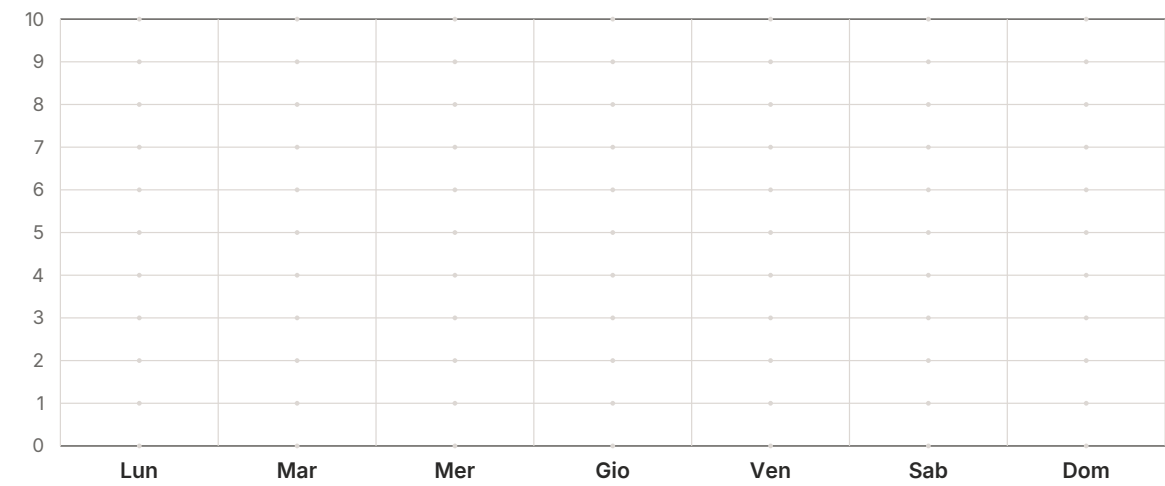
Come compilarlo: una riga per ogni annotazione, scritta subito. Usa sempre la stessa scala. Le caselle vuote vanno bene.
Intensità: 0 nessun dolore · 1–3 lieve · 4–6 moderato · 7–9 forte · 10 peggior dolore immaginabile

Giorno	Giorno del ciclo 1 = primo giorno	Flusso nessuno, scarso, medio, abbondante	Ora hh:mm	Intensità 0–10	Dove? zona del corpo	Dolore con ... ciclo, evacuare, urinare, rapporti	Farmaci nome, dose, ora	Impegni saltati lavoro, programmi annullati?	Note umore, sonno, cose insolite
Lun — —									
Mar — —									
Mer — —									
Gio — —									
Ven — —									
Sab — —									
Dom — —									

Diario dell'endometriosi

La tua settimana a colpo d'occhio

Segna il valore massimo di ogni giorno e unisci i punti.



Cosa ha aiutato?

Cosa ha peggiorato?

Nome _____

Settimana dal _____ al _____

Riepilogo settimanale

Giorni con dolore (su 7)

Valore massimo della settimana

Giorni con antidolorifici

Giorni con impegni annullati

Domande per la prossima visita