<table>
<thead>
<tr>
<th>Symptom von Menstruation</th>
<th>Datum:</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Ausbleibend, unregelmäßig oder zu spärlich</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Gewichtsverlust trotz normalem Essen oder trotz mehr Essen</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Menstruation, ausbleibend, unregelmäßig oder zu spärlich</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
</tbody>
</table>

<table>
<thead>
<tr>
<th>Symptom von Allgemeinbefinden</th>
<th>Dosierung:</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Atemnot, Kurzatmigkeit</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Häufiger Stuhlgang</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>anhaltende Konzentrationsstörungen</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Erschöpfung, Müdigkeit</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Haar, welches dünn und weich ist und ausfällt</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Unregelmäßiger Herzschlag</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Schneller Herzschlag</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Wärme-Unverträglichkeit</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Schlafstörungen, Schlaflosigkeit</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Stimmungsschwankungen</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Nervosität, Unruhe</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Muskelschwäche</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>rasende Gedanken, schnelles Sprechen</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>zu weicher Stuhlgang</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Gesicht, warm und feucht</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Gesicht, rot und vielleicht juckend</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>starkes Schwitzen</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
<tr>
<td>Zittern, Hände zittern</td>
<td>1-------2-------3-------4-------5-------6-------7-------8-------9-------10</td>
</tr>
</tbody>
</table>