sven zeissner
HEILPRAKTIKER

AXILLÄRE TEMPERATUR-KURVE

Hiermit erhalten wir eine einfache, und äußerst aussagekräftige Information über Ihre Schilddrüsenfunktion!

Morgen-Temperatur	Tag																									
37,5																										
37,4																										
37,3																										
37,2																										
37,1																										
37,0																										
36,9																										
36,8																										
36,7																										
36,6																										
36,5																										
36,4																										
36,3																										
36,2																										
36,1																										
36,0																										
35,9																										
35,8																										
35,7																										
35,6																										
35,5																										

Durchführung:

Bitte Messen Sie täglich Ihre Temperatur unter den Achseln. Die Messung sollte als aller erstes, vor jeder anderen Tätigkeit, unmittelbar nach dem Wachwerden erfolgen. Tragen Sie Oben die Temperatur in der Tabelle ein. (X)

Bei Männern reicht eine Messung über 5 Tage aus. Frauen sollten am besten einen ganzen Zyklus lang messen. Frauen sollten bitte zusätzlich den ersten Tag der Menstruation mit einem Stern, den letzten mit einem Dreieck markieren.

Bitte notieren Sie mögliche Erkältungen, besondere körperliche Aktivitäten, Alkoholgenuss, etc. zusätzlich ein!