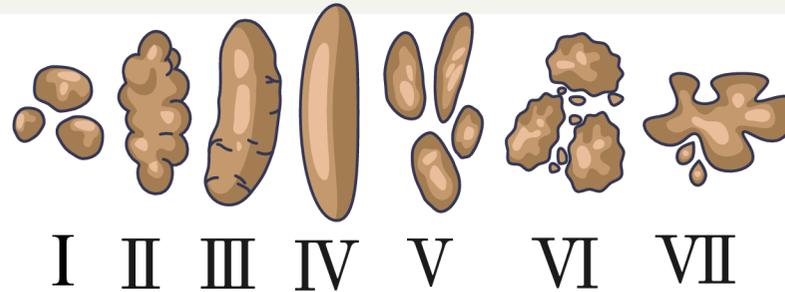


Compila il diario ogni giorno annotando cosa mangi, i sintomi che provi e ogni dettaglio utile come le evacuazioni, i farmaci presi e le emozioni vissute. Questo strumento ti aiuterà a individuare correlazioni tra alimentazione, stress e disturbi intestinali.

Portalo con te durante le visite per facilitare una valutazione più accurata.



DATA	ORARIO/CIBI E BEVANDE	SINTOMI INTESTINALI	EVACUAZIONI (SCALA DI BRISTOL)	FARMACI/ INTEGRATORI	NOTE
	Colazione Pranzo Cena				
	Colazione Pranzo Cena				
	Colazione Pranzo Cena				