

Vorbereitungsbogen

Heilpraktikerin/ Hormonpraktikerin ®

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 oder per E-mail senden. Versuchen Sie folgende Laborbefunde neu bestimmen zu lassen: fT3, fT4, TSH, TPO-AK, TAK, TRAK, Ferritin, 25-OH Vitamin D3, Vitamin B6, Holo-TC (Holo-transcobalamin, Vit. B12), Selen, Jod, Magnesium, Kupfer, Zink, Vit.C und E, Coenzym Q10, Omega 3; vorhandene Schilddrüsen-Ultraschallbilder und ein Gesichtsbild (ungeschminkt bei Tageslicht). Bitte alles per E-mail senden!

3. Derzeitige Beschwerden, bitte ankreuzen:

Funktionsstörung der Schilddrüse	Funktionsstörung der Nebenniere	Funktionsstörung der Geschlechtsdrüsen
Kann nicht lange durchhalten Weniger Energie als andere Tiefe Erschöpfung Lange Erholungszeiten Kältegefühl in Händen und Füßen Hohes Cholesterin Reizdarm, Verstopfung Trockene Haut und Haare Diffuser Haarausfall Brüchige Fingernägel, Rillen Haare werden grau oder weiß Einschlafneigung tagsüber Konzentrationsstörungen Vergesslichkeit Ein Gefühl wie Watte im Kopf Gewichtszunahme Knochen- oder Muskelschmerzen Ohrenjucken, Kloßgefühl Druck in der Kehle Karpaltunnelsyndrom	Augenbrauen werden dünner Haarausfall seitlich Ängste bis Panik Herzklopfen, Zittern Innere Unruhe Durchfall Überempfindlichkeit, Schreckhaftigkeit Wutausbrüche, Ungeduld Grippe-symptome ohne Grippe Kopfschmerzen Körperschmerzen Empfindliche Haut Heißhungerattacken Reisekrankheit Schläfrigkeit auf Kaffee Häufiges Harnlassen Durchschlafstörungen Allergien verschlechtern sich Infektneigung Alles besser nach 18 Uhr	Verminderte Libido Schmerzen in der Harnblase Prämenstruelles Syndrom Starke Monatsblutung Schwellungen durch Wassereinlagerung Bluthochdruck Hitzewallungen