












Nemocnica s poliklinikou Ilava, n.o. L. Štúra 388/3, 019 01 Ilava




Oddelenie biopctickej a cytologickej diagnostiky




Potravinový denník




DEŇ	ČAS	DRUH JEDLA	OSOBNÉ HODNOTENIE			ČAS + POPIS PROBLÉMOV	
							
Raňajky							
Desiata							
Obed							
Olovrant							
Večera							
Iné...							




DEŇ	ČAS	DRUH JEDLA	OSOBNÉ HODNOTENIE			ČAS + POPIS PROBLÉMOV	
							
Raňajky							
Desiata							
Obed							
Olovrant							
Večera							
Iné...							

DEŇ	ČAS	DRUH JEDLA	OSOBNÉ HODNOTENIE			ČAS + POPIS PROBLÉMOV	
							
Raňajky							
Desiata							
Obed							
Olovrant							
Večera							
Iné...							

DEŇ	ČAS	DRUH JEDLA	OSOBNÉ HODNOTENIE			ČAS + POPIS PROBLÉMOV	
							
Raňajky							
Desiata							
Obed							
Olovrant							
Večera							
Iné...							







DEŇ	ČAS	DRUH JEDLA	OSOBNÉ HODNOTENIE			ČAS + POPIS PROBLÉMOV	
							
Raňajky							
Desiata							
Obed							
Olovrant							
Večera							
Iné...							

DEŇ	ČAS	DRUH JEDLA	OSOBNÉ HODNOTENIE			ČAS + POPIS PROBLÉMOV	
							
Raňajky							
Desiata							
Obed							
Olovrant							
Večera							
Iné...							




DEŇ	ČAS	DRUH JEDLA	OSOBNÉ HODNOTENIE			ČAS + POPIS PROBLÉMOV	
							
Raňajky							
Desiata							
Obed							
Olovrant							
Večera							
Iné...							





Sumarizácia týždňa

Histamínový semafor

NÁVOD k potravinovému denníku

DEŇ	ČAS	DRUH JEDLA	OSOBNÉ HODNOTENIE			ČAS + POPIS PROBLÉMOV	
							
Raňajky	8:00	jogurt		X		8:25	Bolesť brucha, hnačka
Desiata	10:00	rožok s ramou + med			X		
Obed	12:00	špagety s tuniakom	X			12:15	bolesť hlavy, hnačka
Olovrant	15:00	puding s ananásom	X			15:30	
Večera	18:00	chlieb vo vajíčku			X		
Iné...	20:30	víno	X			20:45	bolesť hlavy

	Vypísať jedlá, prípadne potraviny, ktoré počas týždňa subjektívne * spôsobili problémy	X
	Vypísať potraviny, ktoré subjektívne * spôsobili mierne príznaky intolerancie. Následne viac sledovať reakcie nasledujúce po opakovanom požití	!
	Ostatné potraviny ktoré s najväčšou pravdepodobnosťou sú pre mňa bezpečné konzulovať	

Subjektívny* – osobný; zakladajúci sa na osobnom pociťovaní, ktorý môže/nemusi stotožňovať s objektívnym nálezom. Služi ako predpríprava pre lekára špecialistu: gastroenterológa,

<http://nspilava.sk/svlz/patologocke-oddelenie>