



Tag	Stärke S = stark M = mittel L = leicht	Dauer von - bis	Symptome			Auslöser	Medikation/ Dosis
			Licht- oder Wärmeempfindlichkeit	Übelkeit	Erbrechen		
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							
31							