

## Udredning af fordøjelsesproblemer

Navn:

dato:

### Afføringens karakter:

	Ja	Nej
Blød og sammenhængende		
Tør og hård		
Hård med ufordøjede madrester		
Oppustethed og øget luftafgang. Fornemmelse af ikke at være tømt ordentligt efter afføring		
Fedt og "leragtig"/klistret. Kit eller orangefarvet		
Lind, grødagtig eller tynd og løbende. Afføringen deler sig toilettet i begge tilfælde.		
Skiftevis diarré og hård mave		
Slimet afføring		
Blod i afføringen		

### Symptomer

	Ja	Nej
Træthed efter måltiderne		
Opstød / luft i maven indenfor 15 min efter måltidet		
Opstød / luft i maven senere end ½ time efter måltidet		
Bliver ved med at kunne smage det man har spist		
Maden ligger tungt i maven / føler sig fyldt		
Små karsprængninger / udvidede blodkar på næsen		
Ildelugtende / stinkende luft fra tarmsystemet		
Hårtab eller skøre flossede negle		
Diarré / forstoppelse		
Ufordøjet mad i afføringen		
Analkløe		
Øget modtagelighed overfor bakterier, svampe, vira		
Overfølsomhed / intolerance over for mad mv.		
Acne, uren hud, tør hud, udslæt, psoriasis		
Kan godt lide sure / syrlige madvarer		
Mavesmerter / sven/ brænden / anspændt fornemmelse i maven		
Blodsukkerproblemer (træthed, aldrig rigtigt mæt, hovedpine, svimmel dårlig koncentration, indre uro, rysten, dirren, sukkertrang eller føler sig dårlig / skidt tilpas når måltider udsættes)		
Kvalme og utilpashed		
Muskel- og ledsmerter		
Hukommelses- og humørproblemer		
Træthed og søvnproblemer		