

Dátum: 2023. 01. 30.

Óra	Tevékenység	Étel	Tünet	Súlyosság	Megjegyzés
12:00-7:30	éjjeli alvás alatt 2x felkeltem		köhögés	1	éjszakai tünet
			tüsszögés	1	éjszakai tünet
7:30	felkelés, zuhanyozás				
8:15	reggeli	Sio narancslé cukrozatlanul, kukorica pehely, 1,5 %-os tej, fekete kávé, 1 mokkáskanál nádcukorral			
9:30			orrfolyás	2	
9:30			tüsszögés	2	
10:00			nincs		
12:00			nincs		
12:30	ebéd	Zöldségleves (marhaalaplé, borsó, sárgarépa, zeller, burgonya), sonkás szendvics (teljes kiőrlésű kenyér, vaj, mustár), babapiskóta csokoládémázzal, kávé sűrített tejcukorral			
13:00			légzési nehézség	4	kb. 10 percig
			szédülés	4	kb. 10 percig
15:00	Uzsonna	2 dl 1,5 %-os tehéntej			
15:10			gyomorgörcs	4	
15:15	Rennie savlekötő	2 db tableta			
15:30			nincs		
17:45			orrdugulás	1	
18:30	Esti ital	1 dl száraz martini			
19:15	Vacsora	Paradicsomlé, sült csirke, borsó, krumplipüré, vaj. Saláta (saláta, paradicsom, sárgarépa, bors, articsóka, kéksajt öntet) Desszert: nanília fagyalt, csokoládészósz.			
20:00			bőfögés	1	
			hányinger	2	
20:15	Rennie savlekötő	2 db tableta			
22:00	Langyos tej	2 dl 2,8 %-os tehéntej			
22:30			Csalánkiütés a	4	kb. 1 órát tartott
23:30	Lefekvés				