n®

Der Reizdarm-Spezialist

_____

nung vom _____ bis

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI	MI	DO	FR	SA
Obst																				
Gemüse																				
Milch																				
Käse, Quark, Jogurt																				
Fleisch																				
Andere																				
Alkohol																				
Nikotin																				
Kaffee																				
Schlafmangel																				
Freude																				
Ärger																				
Zeitdruck																				
Arztbesuch																				
Andere																				
Schmerz																				
Blähung																				
Durchfall																				
Verstopfung																				
Andere																				