pensio

Rastreador de Sintomas

3 min

Registre sintomas diários com gravidade e notas — identifique padrões e tenha um registro pronto para consultas médicas.

*Nota**: Este é um espaço para registrar o que você percebe, não um prontuário médico. Ele não interpreta nada do que você registra e não substitui aconselhamento médico profissional, diagnóstico ou tratamento. Leve qualquer preocupação com sua saúde a um médico.*

SEÇÃO 3

Data

SEÇÃO 4

Sintomas de Hoje

| Sintoma | Gravidade (1–5) | Hora do Dia | Notas |

|---------|-------------------|-------------|-------|

| | | | | |

| | | | | |

| | | | | |

= Leve · 2 = Moderado · 3 = Notável · 4 = Severo · 5 = Insuportável

SEÇÃO 5

O que pode ter provocado esses sintomas?

SEÇÃO 6

Medicamentos / Tratamentos

SEÇÃO 7

Sono & Nível de Energia

Sono ontem: __ horas

Energia hoje: Baixa / Média / Alta

SEÇÃO 8

Notas para o médico