

Lapseni oirepäiväkirja

Kirjaa taulukkoon lapsesi päivittäiset allergiaoireet ja niiden vaikutus arjessa.
Ota oirepäiväkirja mukaan lääkärikäynnille, lääkäri voi saada siitä hyödyllistä tietoa.

Kuu- kausi	 Silmät	 Nenä	 Hengitys	 Väsymys	Oirelääkityksen käyttö	Ovatko oireet haitanneet arkitoimia? *
Päivä	  	  	  	  	Kyllä Ei	Kyllä Ei
01						
02						
03						
04						
05						
06						
07						
08						
09						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						
31						

* Lapsi esimerkiksi nukkui huonosti, ei pystynyt keskittymään koulussa, jäi pois koulusta,
joutui välttämään paikkoja tai aktiviteetteja, ei voinut leikkiä ystävien kanssa...