

RE-INTRODUKTION AF TARMTRIGGERE

Noter fødevare og mængde, og vurder oppustethed, smerte, træthed, humør og andet fra 0-10, hvor 10 er værst.

	Mængde	Oppustethed	Smerte	Træthed	Humør	Andet:
Fødevare:						
Dag 1						
Dag 2						
Dag 3						

Fødevare:						
Dag 4						
Dag 5						
Dag 6						

Fødevare:						
Dag 7						
Dag 8						
Dag 9						

Fødevare:						
Dag 10						
Dag 11						
Dag 12						

Fødevare:						
Dag 13						
Dag 14						
Dag 15						

Fødevare:						
Dag 16						
Dag 17						
Dag 18						

Fødevare:						
Dag 19						
Dag 20						
Dag 21						

Fødevare:						
Dag 22						
Dag 23						
Dag 24						

Fodevare:						
Dag 25						
Dag 26						
Dag 27						

Fodevare:						
Dag 28						
Dag 29						
Dag 30						

Fodevare:						
Dag 31						
Dag 32						
Dag 33						

Fodevare:						
Dag 34						
Dag 35						
Dag 36						

Fodevare:						
Dag 37						
Dag 38						
Dag 39						

Fodevare:						
Dag 40						
Dag 41						
Dag 42						

Fodevare:						
Dag 43						
Dag 44						
Dag 45						

Fodevare:						
Dag 46						
Dag 47						
Dag 48						

Fodevare:						
Dag 49						
Dag 50						
Dag 51						

Fodevare:						
Dag 51						
Dag 53						
Dag 54						

Fodevare:						
Dag 55						
Dag 56						
Dag 57						