

De følgende tre skemaer: **Doseringsskema**, **Dagsskema** og **Oversigt over stofskiftetal** er udviklet af Annemarie i 2007 til eget brug. Det er immervæk næsten 9 år siden at disse skemaer blev til, og er derfor ikke muligt at benytte digitalt. De er dog fortsat uvurderlige som inspiration til evt. at fremstille egne, personlige skemaer til brug for stofskiftepatienter, der ønsker at have et system til at følge effekten af deres behandling.

Dato: 5. juni 2016

Kilde: <http://www.sonjas-stoffskifteforum.info/showthread.php?t=10672>

Hjemmeside: <http://www.sonjas-stoffskifteforum.info>

Doseringsskema

Lægens ordinering dato	Ophørt medicin dato	Medicin navn / præparat	Antal mkg / mg	Morgen	Middag	Aften	Nat	Medicinen gives for

Dagsskema

Farverne i felterne angiver:	Uge nr.	Uge nr.	Uge nr.	Uge nr.
Grå felter: Symptomer og bivirkninger	Søndag Lørdag Fredag Torsdag Onsdag Mandag	Søndag Lørdag Fredag Torsdag Onsdag Mandag	Søndag Lørdag Fredag Torsdag Onsdag Mandag	Søndag Lørdag Fredag Torsdag Onsdag Mandag
Grønne felter: Normalt.				
Gule felter: Lettere symptomer.				
Røde felter: Sværere symptomer.				
Sorte felter: Meget svære symptomer.				
Veltilpas og god energi				
Depressions symptomer				
Nærtagenhed - irriterabel				
Svimmelhed				
Hovedpine				
Utydelig langsom tale				
Rastløshed - nervøsitet				
Koncentrationsbesvær				
Balanceproblemer				
Hævede øjne				
Ændring af øjnene - fremstående				
Grus i øjnene - løber i vand				
Dobbeltsyn - hinde for øjnene				
Søvnproblemer / urolig søvn				
Udtalt træthed				
Allergi - udslet - eksem				
Kvalme				
Åndenød				
Trykken i halsen				
Ondt i halsen				
Forstørret skjoldbruskkirtel				
Vægt øgning				
Vægttab				
Vægttab trods øget appetit				
Appetitløshed				
Hurtig hjerterytme / hurtig puls				
Langsom hjerterytme/langsom puls				
Svedtendens om natten				
Svedtendens om dagen				
Feber				
Kuldsværhed				
Kolde hænder og fødder				
Opsvulmede hænder og fødder				
Snurrende fingre				
Rysten på hænderne				
Muskelstivhed - krampetrækninger				
Muskelsvaghed				
Muskelsmerter				
Ledsmerter				
Tør hud				
Huden bliver citrongul				
Merkfarvning af huden				
Ondt i maven				
Ondt i maven efter spisning				
Oppustet og ondt i maven				
Afføring uden medicin				
Hård mave - forstoppelse				
Afføring ved hjælp af medicin				
Diarre'				
Nedsat sexlyst				

Oversigt over stofskiftetal

[illegible]

Dato: 5. juni 2016

Kilde: <http://www.sonjas-stoffskifteforum.info/showthread.php?t=10672>

Hjemmeside: <http://www.sonjas-stoffskifteforum.info>