

Dag 13

LAAGGRADIGE ONTSTEEKINGEN

Vul iedere dag in hoe je de
voorgaande nacht hebt
gesslapen en wat je meeneemt
uit de les van die dag.

Hoe heb ik geslapen vannacht?

Heel goed

Goed

Matig

Slecht

Zeer slecht

Wat gebeurde er feitelijk: wat dacht je, wat hoorde je, wat zag je
wat voede je en wat deed je?

Wat neem ik mee uit de les van vandaag

L - Ontstekingen

Welke signalen van laaggradige ontstekingen herken ik?