Spisehjelp.no

Navn:									Hvis du bruker flere vekter (egen vekt, hos legen, etc)						
Problem, diagnose eller likn:									Vekt 1:						
Dagens vekt:									Vekt 2:						
Dagens høyde:									Vekt 3:						
Vektmåling nummer	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Vekt:															
Dato:															
Tid på dagen:															
Vekt som er brukt (1-3):															
Vann i kropp/ødemer (Ja/Nei):															
Måltid angi før/etter:															
Vektmåling nummer	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Vekt:															
Dato:															
Tid på dagen:															
Vekt som er brukt (1-3):															
Vann i kropp/ødemer (Ja/Nei):															
Måltid angi før/etter:															