

Ernährungsprotokoll

Ziel

Im Rahmen Ihrer zahnärztlichen Betreuung wird untersucht, in wie weit Ernährung Ihre Parodontose beeinflusst.

Diese Ernährung hat auf die Entstehung von Karies und Parodontose maßgeblichen Einfluss, weshalb wir Sie entsprechend Ihrem Risiko beraten möchten.

Was ist zu tun?

Tragen Sie alle Nahrungsmittel und Getränke ein, den Zeitpunkt und wie lange Sie gegessen haben.

Ebenso hilft uns ein Eintrag Ihrer Zahnpflege, um mögliche Gefährdungen erkennen zu können.

Führen Sie dieses Ernährungsprotokoll über die vier vorgesehenen Tage und bringen Sie es zum nächsten Termin wieder mit.

Danke für Ihre Mitarbeit!

| 1. Tag: | | |
|--|-------------------|------------|
| Nahrungsmittel oder Getränke bzw. Zahnpflege | Zeitpunkt & Dauer | Auswertung |
| | 5:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 6:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 7:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 8:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 9:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 10:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 11:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 12:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 13:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 14:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 15:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 16:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 17:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 18:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 19:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 20:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 21:00 | |

| 2. Tag: | | |
|--|-------------------|------------|
| Nahrungsmittel oder Getränke bzw. Zahnpflege | Zeitpunkt & Dauer | Auswertung |
| | 5:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 6:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 7:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 8:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 9:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 10:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 11:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 12:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 13:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 14:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 15:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 16:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 17:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 18:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 19:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 20:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 21:00 | |

| 3. Tag: | | |
|--|-------------------|------------|
| Nahrungsmittel oder Getränke bzw. Zahnpflege | Zeitpunkt & Dauer | Auswertung |
| | 5:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 6:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 7:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 8:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 9:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 10:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 11:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 12:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 13:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 14:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 15:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 16:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 17:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 18:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 19:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 20:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 21:00 | |

| 4. Tag: | | |
|--|-------------------|------------|
| Nahrungsmittel oder Getränke bzw. Zahnpflege | Zeitpunkt & Dauer | Auswertung |
| | 5:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 6:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 7:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 8:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 9:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 10:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 11:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 12:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 13:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 14:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 15:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 16:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 17:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 18:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 19:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 20:00 | |
| | 20 | |
| | 40 | |
| | 21:00 | |

Ernährungs- protokoll

von



Zahnarztpraxis
TATIANA KLAUSER

Ein Herz für gesunde Zähne!

MVZ Augsburg Süd ● Alter Postweg 94 ● 86159 Augsburg
www.zahnarzt-klauser.de ● info@zahnarzt-klauser.de