

Дневник здоровья (универасльный)

**Москва
«Книга по Требованию»**

Д54 Дневник здоровья (универсальный) / – М.: Lennex Corp, — Подготовка макета: ООО «Книга по Требованию», 2025. – 60 с.

ISBN 978-5-521-89412-3

Дневник здоровья: ваш надежный помощник в уходе за собой!

Следите за своим здоровьем с легкостью и удобством благодаря нашему дневнику здоровья! Этот универсальный инструмент подходит для людей всех возрастов и поможет вам контролировать свое самочувствие, записывая важные детали о состоянии здоровья и лечении.

Преимущества дневника здоровья:

- Универсальность и простота: Дневник подходит для отслеживания любого заболевания и состояния, что делает его идеальным для любого члена семьи. Он поможет вам запомнить важные моменты, такие как посещения врачей, назначения и результаты обследований.

- Контроль в динамике: Записывайте, какие лекарства принимались, и отслеживайте продолжительность болезни. Теперь все важные данные будут под рукой, чтобы легко делиться ими с врачом, что поможет в более точной диагностике и лечении.

- Качественные материалы: Дневник содержит 60 листов из офсетной бумаги плотностью 80 г/м², обеспечивая приятное ощущение при написании и долгий срок службы.

- Эстетичный дизайн: Дизайнерская обложка придаст дневнику стильный вид, а формат А5 позволяет легко брать его с собой в поездки или к врачу.

- Недатированный формат: Начните заполнять Дневник здоровья в любой удобный для вас день. Не нужно беспокоиться о сроках — просто фиксируйте свою историю здоровья по мере необходимости.

Заботьтесь о себе и своих близких! Закажите Дневник здоровья и сделайте первый шаг к более осознанному и внимательному отношению к своему состоянию!

ЛИЧНЫЕ ДАННЫЕ



Дата рождения

ПостBec

Гр. крови и Rh

Полис ОМС

СНИЛС

КОНТАКТЫ ВРАЧЕЙ / СПЕЦИАЛИСТОВ / КЛИНИК

[illegible]



ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

.....

.....

.....



АЛЛЕРГИИ

.....

.....

.....



ПРИВИВКИ

.....

.....

.....



ТРАВМЫ / ОПЕРАЦИИ

.....

.....

.....



ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

.....

.....

.....

ТЕКУЩИЕ НАБЛЮДЕНИЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

ТЕКУЩИЕ НАБЛЮДЕНИЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

ТЕКУЩИЕ НАБЛЮДЕНИЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

ТЕКУЩИЕ НАБЛЮДЕНИЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

ТЕКУЩИЕ НАБЛЮДЕНИЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

ТЕКУЩИЕ НАБЛЮДЕНИЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

ТЕКУЩИЕ НАБЛЮДЕНИЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

ТЕКУЩИЕ НАБЛЮДЕНИЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес

дата:	утро:
	день:
	вечер:
	
	самочувствие вес