ALLERGIETAGEBUCH

MONAT: _____

	SYMPTOME (leicht / mäßig / stark)												BESCHWERDEN		WETTER			EINGENOMMENE MEDIKAMENTE	BEMERKUNGEN
	AUGEN			NASE			HAUT			ATEMWEGE			Innen	Außen	☀	💧	💨		
01																			
02																			
03																			
04																			
05																			
06																			
07																			
08																			
09																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			
21																			
22																			
23																			
24																			
25																			
26																			
27																			
28																			
29																			
30																			
31																			