

VOEDINGSDAGBOEKJE

Voeding kan de oorzaak zijn van de allergische klachten van uw kind. Door het voedingsdagboekje in te vullen weet u precies wanneer uw kind wat gegeten heeft en hoe uw kind daarop reageerde. Dit maakt het gesprek met uw arts en/of diëtist over de voeding van uw kind een stuk makkelijker. U vergeet dan niets. Het is belangrijk om alle voedingsmiddelen die uw kind krijgt te noteren.

Wat moet ik opschrijven:

- Hoeveelheid borstvoeding en/of flesvoeding en eventueel bijvoeding: vul in deze kolom alle voedingsmiddelen in die uw kind krijgt. Noteer om wat voor soort eten of drinken het gaat.
- Tijdstip voedingsinname: het tijdstip van inname is belangrijk omdat klachten direct na inname kunnen ontstaan maar er kan ook langere tijd tussen inname en reactie zitten.
- Tijdstip start reactie: geef aan op welk tijdstip uw kind een reactie krijgt. Niet op elk voedingsmiddel krijgt een kind een reactie en er kan tijd zitten tussen de voedingsinname en het ontstaan van de reactie. Schrijf dus altijd elke reactie op.
- Soort reactie: wanneer uw kind een reactie krijgt, beschrijf dan zo nauwkeurig mogelijk wat de reactie is.
- Bijzonderheden: reacties kunnen beïnvloed worden door spanning, vaccinatie, verkoudheid, huisdieren, drukte (bijvoorbeeld bij verjaardagen) etc. Hier kunt u aangeven of er bijzonderheden zijn.

Als u borstvoeding geeft is het van belang om op een aparte pagina ook uw eigen voeding bij te houden.

FORMULIER VOEDINGS- EN KLACHTENDAGBOEKJE

Naam:

Type voeding: Borstvoeding

Dag en datum:

Flesvoeding: (merk en soort).....

Hoeveelheid borstvoeding en/of flesvoeding en eventueel bijvoeding	Tijdstip voedings-inname	Tijdstip van reactie	Soort klachten en eventueel de duur van de klachten	Bijzonderheden
Voorbeeld 150 ml.flesvoeding	15.00 uur	15.15 uur	<i>Halve fles uitgespuugd, daarna rest van de middag niet lekker geweest. 's Avonds weer fles gehad en niet uitgespuugd.</i>	<i>Al eerder gebruikt zonder klachten</i>

Naam:

Type voeding: **Borstvoeding**

Dag en datum:

Flesvoeding: (merk en soort).....

Hoeveelheid borstvoeding en/of flesvoeding en eventueel bijvoeding	Tijdstip voedingsinname	Tijdstip van reactie	Soort klachten en eventueel de duur van de klachten	Bijzonderheden

Naam:

Type voeding: Borstvoeding

Dag en datum:

Flesvoeding: (merk en soort).....

Hoeveelheid borstvoeding en/of flesvoeding en eventueel bijvoeding	Tijdstip voedings-inname	Tijdstip van reactie	Soort klachten en eventueel de duur van de klachten	Bijzonderheden