

Leiden Sie in zeitlichem Zusammenhang mit dem Verzehr folgender Lebensmittel unter Beschwerden?	nie	manchmal	häufig
	(0 Punkte)	(1 Punkt)	(2 Punkte)
Fruchtsäfte/Multivitaminsäfte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Obst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Diät- bzw. Diabetikerprodukte mit Zuckeraustauschstoffen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Honig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
zuckerfreie Kaugummis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Marmelade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gemüse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trockenobst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Süßwaren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Leiden Sie unter den genannten Symptomen?	nie	manchmal	häufig
	(0 Punkte)	(1 Punkt)	(2 Punkte)
durchfallartige Beschwerden/Durchfall	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Blähungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bauchschmerzen (Oberbauchbeschwerden)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Übelkeit nach dem Essen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
krampfartige Leibschmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Völlegefühl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aufstoßen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie häufig leiden Sie unter den hier aufgeführten Stimmungseintrübungen?	nie	manchmal	häufig
	(0 Punkte)	(1 Punkt)	(2 Punkte)
depressive Verstimmungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stimmungsschwankungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leistungstiefs	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Depressionen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Was trifft auf Sie zu?	liegt nicht vor (0 Punkte)	liegt vor (3 Punkte)
nachgewiesener Zinkmangel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
nachgewiesener Folsäuremangel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reizdarmsyndrom diagnostiziert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Laktose-Intoleranz diagnostiziert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Histamin-Intoleranz diagnostiziert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Häufige Arztkonsultationen wegen unklarer Beschwerden ohne eindeutige Diagnose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
langjähriges Beschwerdebild	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Auswertung: Falls Sie insgesamt mehr als 20 Punkte haben, ist die Abklärung einer Fructoseintoleranz empfehlenswert.