

Stemningsdagbok

STEMNING/HUMØR

SKRAVER ALLE TILSTANDER INNENFOR SAMME DAG

MEDIKAMENTER (Skriv inn navn, dose, og noter antall tabletter tatt hver dag)						Måned/år Daglige notater (F.eks. stressende hendelser, medikamentbivirkninger)	0=intens 1=mild 2=moderat 3=alvorlig	Deprimert			Normalt	Forhøyet			Psykotiske symptomer: underlige ideer, hallusinasjoner	
___Lithonit_85_mg X 2	___Olanzapin_10_mg X 1	___Olanzapin_7,5_mg X 1	___mg	___mg	___mg	Irritabilitet	Angst	Tidert søvnt sist natt	Alvorlig SIKKER FORVERRING KAN IKKE ARBEIDE	Moderat SIKKER FORVERRING KAN ARBEIDE	Mild SIKKER FORVERRING	STEMNINGSLEIET IKKE SIKKERT FORHØYET ELLER DEPRIMERT INGEN SYMPTOMER RING INN DATO FOR MENSEBLØDNING	Mild SIKKER FORVERRING	Moderat SIKKER KAN ARBEIDE		Alvorlig SIKKER KAN IKKE ARBEIDE
1					10	Eksamen. Stressa. Leste i natt. Fest på kvelden	0	2	4				1			
0					0	Drakk for mye. Pinlig episode. Dårlig søvnt. Uvel	0	3	3				2			
1					0	Influensalignende symptomer. Sliten. Uvel. Urolig	0	3	4				3			
1					0	Pigg igjen. Våknet uthvilt kl. 5	0	0	5				4			
1					0	Har fått gjort masse i dag. Godt humør	0	0	5				5			
1					0		0	0	4				6			
0					0	Glemte timen hos behandler	0	0	4				7			
0					6	Fest	1	0	3				8			
0					0		1	0	3				9			
0					0		2	1	2				10			
1	X				0	Akuttinnlagt. Fikk Zyprexa og oransje briller	3	3	0				11			X
2	X				0		2	2	6				12			
2	X				0	Mindre tankekaos og mistenksomhet	1	1	6				13			
2	X				0		1	0	7				14			
2	X				0		2	1	7				15			
2	X				0		2	2	8				16			
2	X				0		1	2	7				17			
2	X				0		1	1	9				18			
2	X				0		0	1	10				19			
2	X				0		0	1	9				20			
2	X				0		0	2	6				21			
2	X				0		0	3	4				22			X
2	X				0		0	3	4				23			X
2	X				0		0	3	4				24			X
2	X				0		0	3	3				25			
2	X				0		0	2	6				26			
2	X				0		0	2	6				27			
2		X			0	Utskrevet fra sykehuset	1	1	9				28			
2		X			1		1	1	9				29			
2		X			0	X	0	1	8				30			
2		X			0		0	1	8				31			
						Vekt: 65										