

Einnahme-Protokoll Borax

Stammlösung : 8gr. Borax in 1 Liter gereinigtes Wasser

(Lösung 1 Tag stehen lassen und regelmässig schütteln, dass es vollständig aufgelöst ist für Start am nächsten Tag) Die ml Angaben beziehen sich immer auf die Stammlösung.

1. Woche**5 ml (1 Teelöffel) in ca.2 dl Wasser****getrunken**

Tag 1 zum Mittagessen	<input type="radio"/>
Tag 2 zum Mittagessen	<input type="radio"/>
Tag 3 zum Mittagessen	<input type="radio"/>
Tag 4 zum Mittagessen	<input type="radio"/>
Tag 5 zum Mittagessen	<input type="radio"/>
Tag 6 PAUSE	<input checked="" type="checkbox"/>
Tag 7 PAUSE	<input checked="" type="checkbox"/>

Datum Start: _____

2. Woche**5 ml (1 Teelöffel) in ca.2 dl Wasser****getrunken****getrunken**

Tag 1	morgens	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 2	morgens	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 3	morgens	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 4	morgens	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 5	morgens	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 6 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>
Tag 7 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>

3. Woche**5 ml (1 Teelöffel) in ca.2 dl Wasser****getrunken****getrunken****getrunken**

Tag 1	morgens	<input type="radio"/>	mittags	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 2	morgens	<input type="radio"/>	mittags	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 3	morgens	<input type="radio"/>	mittags	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 4	morgens	<input type="radio"/>	mittags	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 5	morgens	<input type="radio"/>	mittags	<input type="radio"/>	abends	<input type="radio"/>
Tag 6 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>
Tag 7 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>

4. Woche

angegebene Menge in ca.2 dl Wasser

		getrunken		getrunken		getrunken
		↓		↓		↓
Tag 1	5ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 2	5ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 3	5ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 4	5ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 5	5ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 6 PAUSE		X		X		X
Tag 7 PAUSE		X		X		X

5. Woche

angegebene Menge in ca.2 dl Wasser

		getrunken		getrunken		getrunken
		↓		↓		↓
Tag 1	10ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 2	10ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 3	10ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 4	10ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 5	10ml morgens	O	10ml mittags	O	5ml abends	O
Tag 6 PAUSE		X		X		X
Tag 7 PAUSE		X		X		X

6. Woche

angegebene Menge in ca.2 dl Wasser

		getrunken		getrunken		getrunken
		↓		↓		↓
Tag 1	10ml morgens	O	10ml mittags	O	10ml abends	O
Tag 2	10ml morgens	O	10ml mittags	O	10ml abends	O
Tag 3	10ml morgens	O	10ml mittags	O	10ml abends	O
Tag 4	10ml morgens	O	10ml mittags	O	10ml abends	O
Tag 5	10ml morgens	O	10ml mittags	O	10ml abends	O
Tag 6 PAUSE		X		X		X
Tag 7 PAUSE		X		X		X

7. Woche

angegebene Menge in ca.2 dl Wasser

		getrunken ↓		getrunken ↓		getrunken ↓
Tag 1	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 2	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 3	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 4	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 5	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 6 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>
Tag 7 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>

8. Woche

angegebene Menge in ca.2 dl Wasser

		getrunken ↓		getrunken ↓		getrunken ↓
Tag 1	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 2	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 3	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 4	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 5	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	10ml abends	<input type="radio"/>
Tag 6 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>
Tag 7 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>

9. Woche

angegebene Menge in ca.2 dl Wasser

		getrunken ↓		getrunken ↓		getrunken ↓
Tag 1	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	5ml abends	<input type="radio"/>
Tag 2	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	5ml abends	<input type="radio"/>
Tag 3	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	5ml abends	<input type="radio"/>
Tag 4	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	5ml abends	<input type="radio"/>
Tag 5	10ml morgens	<input type="radio"/>	10ml mittags	<input type="radio"/>	5ml abends	<input type="radio"/>
Tag 6 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>
Tag 7 PAUSE		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>

10. Woche

angegebene Menge in ca.2 dl Wasser

			getrunken		getrunken		getrunken		
			↓		↓		↓		
Tag 1	5ml	morgens	O	10ml	mittags	O	5ml	abends	O
Tag 2	5ml	morgens	O	10ml	mittags	O	5ml	abends	O
Tag 3	5ml	morgens	O	10ml	mittags	O	5ml	abends	O
Tag 4	5ml	morgens	O	10ml	mittags	O	5ml	abends	O
Tag 5	5ml	morgens	O	10ml	mittags	O	5ml	abends	O
Tag 6 PAUSE			X			X			X
Tag 7 PAUSE			X			X			X

11. Woche

5 ml (1 Teelöffel) in ca.2 dl Wasser

			getrunken		getrunken		getrunken
			↓		↓		↓
Tag 1		morgens	O	mittags	O	abends	O
Tag 2		morgens	O	mittags	O	abends	O
Tag 3		morgens	O	mittags	O	abends	O
Tag 4		morgens	O	mittags	O	abends	O
Tag 5		morgens	O	mittags	O	abends	O
Tag 6 PAUSE			X		X		X
Tag 7 PAUSE			X		X		X

12. Woche

5 ml (1 Teelöffel) in ca.2 dl Wasser

			getrunken		getrunken
			↓		↓
Tag 1		morgens	O	abends	O
Tag 2		morgens	O	abends	O
Tag 3		morgens	O	abends	O
Tag 4		morgens	O	abends	O
Tag 5		morgens	O	abends	O
Tag 6 PAUSE			X		X
Tag 7 PAUSE			X		X

ab 13. Woche Protokoll nochmals wiederholen von vorne wiederholen aber mindestens 1 mal 5ml am Tag, optimal weitermachen wie in Woche 12 also 2x am Tag 5ml der Stammlösung in 2dl H₂O...