Min Dagbok

Här kan du till exempel anteckna dina symptom varje dag: Vilka symptom har du? Vad triggar symptomen? Vad har du prövat själv? Har det fungerat? Notera andra saker du gjort/ätit under dagen för att försöka hitta förklaring för symptomen. Testa mallen ”[symptomdagbok](http://www.virtualhospice.ca/Assets/cvh%20symptom%20diary_20090429144800.pdf)” på vår hemsida www.sallsyntadiagnoser.se/vardtips/1-moten-i-varden/

Min Vårdplan

Provresultat

MRT bilder eller liknande

Blodprover

…

Mina Journaler

[www.1177.se](http://www.1177.se)

Karolinska Sjukhuset

Danderyd Sjukhus

Rehabilitering

Arbetsträning

Försäkringskassa

Arbetsförmedling

Patientföreningar (Broschyrer)

Vetenskapliga publikationer