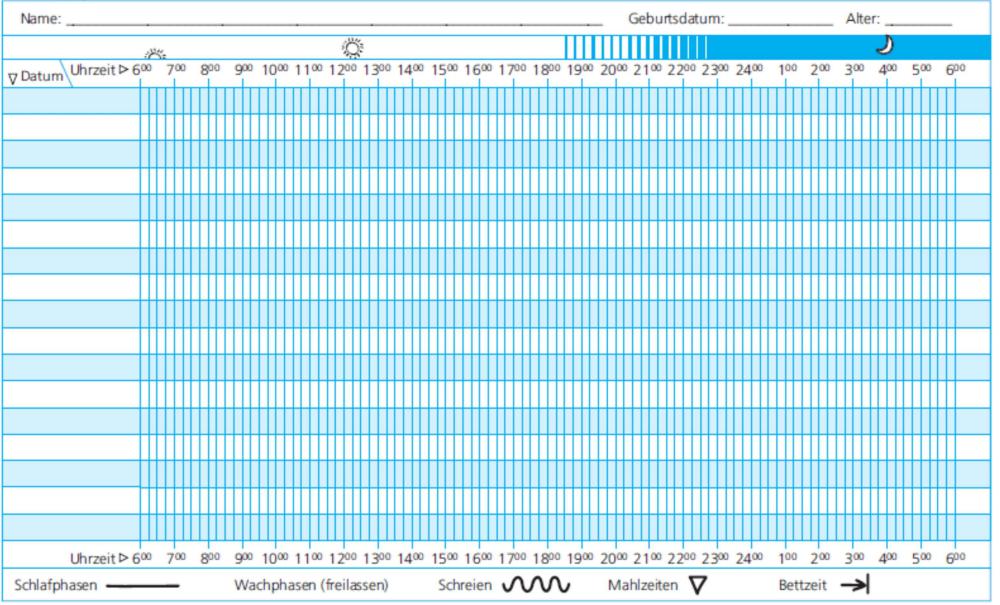


24-Stunden-Protokoll

Dr. med. S. Volz-Neukirch Dr. med. M. Neukirch

 $Kinder\text{-}\&\,Jugendmedizin\text{-}Kindergastroenterologie\text{-}Neonatologie$

Protokoll des Kinderspitals Zürich



Wie das 24-Stunden - Protokoll führen?

Dieses Protokoll dient der Ermittlung des Schlafverhaltens Ihres Kindes (z.B. Schlafdauer, Einschlaf-/Aufwachzeiten).

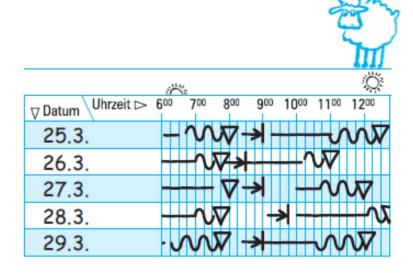
Bitte führen Sie das Schlafprotokoll während 14 Tagen. Das Verhalten Ihres Kindes halten Sie durch Markierungen in den entsprechenden Stundenspalten wie folgt fest:

- · Schlafphasen mit einem waagrechten Strich
- Wenn Sie Ihr Kind ins Bett legen (Bettzeit): ein Pfeil
- Wachphasen mit Freilassen
- Schreien oder Quengeln mit Wellenlinien



Mahlzeiten oder etwas zu trinken mit Dreiecken





Mit Ihren genauen Angaben können wir uns ein Bild über das Schlaf-/Wachverhalten Ihres Kindes machen und Sie individuell beraten.