



Dr. Christiane Schreiber

Bödekerstraße 90
30161 Hannover
Tel.: 0511 66 30 39
Fax: 0511 66 30 63
Email: info@kinderärztin-schreiber.de

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 Spaltenspalten 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



↓ Datum/Uhrzeit →	6 ⁰⁰	7 ⁰⁰	8 ⁰⁰	9 ⁰⁰	10 ⁰⁰	11 ⁰⁰	12 ⁰⁰
25.3.	—	~	▽	→	—	~	▽
26.3.	—	~	▽	→	—	~	▽
27.3.	—	~	▽	→	—	~	▽
28.3.	—	~	▽	→	—	~	▽
29.3.	—	~	▽	→	—	~	▽

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



Dr. Christiane Schreiber

Bödekerstraße 90
30161 Hannover
Tel.: 0511 66 30 39
Fax: 0511 66 30 63

Email: info@kinderaerztin-schreiber.de

24-Stunden-Protokoll

Name: _____	Geburtsdatum: _____	Alter: _____
↓ Datum/Uhrzeit → 6 ⁰⁰ 7 ⁰⁰ 8 ⁰⁰ 9 ⁰⁰ 10 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ 12 ⁰⁰ 13 ⁰⁰ 14 ⁰⁰ 15 ⁰⁰ 16 ⁰⁰ 17 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ 19 ⁰⁰ 20 ⁰⁰ 21 ⁰⁰ 22 ⁰⁰ 23 ⁰⁰ 24 ⁰⁰ 1 ⁰⁰ 2 ⁰⁰ 3 ⁰⁰ 4 ⁰⁰ 5 ⁰⁰ 6 ⁰⁰		
Uhrzeit → 6 ⁰⁰ 7 ⁰⁰ 8 ⁰⁰ 9 ⁰⁰ 10 ⁰⁰ 11 ⁰⁰ 12 ⁰⁰ 13 ⁰⁰ 14 ⁰⁰ 15 ⁰⁰ 16 ⁰⁰ 17 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ 19 ⁰⁰ 20 ⁰⁰ 21 ⁰⁰ 22 ⁰⁰ 23 ⁰⁰ 24 ⁰⁰ 1 ⁰⁰ 2 ⁰⁰ 3 ⁰⁰ 4 ⁰⁰ 5 ⁰⁰ 6 ⁰⁰		
Schlafphasen — Wachphasen (freilassen) Schreien 〰️ Mahlzeiten ▽ Bettzeit → Erklärungen siehe Rückseite		