

# „Quarantäne-Tagebuch“

Nachname \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

in Quarantäne seit \_\_\_\_\_

Tag der Quarantäne Datum	Eigene Symptomatik (ankreuzen)					Sonstige Beobachtungen über körperliche Symptome oder extreme Gefühle	Ereignisse, Vorfälle, zufällige Begegnungen mit etc.
	Fieber	Temperatur °C	Husten	Halschmerzen	Kurzatmigkeit		
Tag 1	vorm						
	nachm						
Tag 2	vorm						
	nachm						
Tag 3	vorm						
	nachm						
Tag 4	vorm						
	nachm						
Tag 5	vorm						
	nachm						
Tag 6	vorm						
	nachm						
Tag 7	vorm						
	nachm						

Tag der Quarantäne Datum		Eigene Symptomatik (ankreuzen)					Sonstige Beobachtungen über körperliche Symptome oder extreme Gefühle	Ereignisse, Vorfälle, zufällige Begegnungen mit etc.
		Fieber	Temperatur °C	Husten	Halschmerzen	Kurzatmigkeit		
Tag 8	vorm							
	nachm							
Tag 9	vorm							
	nachm							
Tag 10	vorm							
	nachm							
Tag 11	vorm							
	nachm							
Tag 12	vorm							
	nachm							
Tag 13	vorm							
	nachm							
Tag 14	vorm							
	nachm							