

# Trinkprotokoll

Name: \_\_\_\_\_ Zeitraum: \_\_\_\_\_

**Empfehlung:** Erwachsene ca. 1,5–2 Liter pro Tag (sofern keine ärztliche Einschränkung).

Wichtig bei Herzinsuffizienz, Nierenerkrankungen oder zur Gesundheitsvorsorge.







