



## Wie das 24-Stunden-Protokoll führen?

Dieses Protokoll dient dazu, das Schlaf-Verhalten Ihres Kindes zu evaluieren.

Das Protokoll soll über mindestens zehn Tage geführt werden, um eine Aussage machen zu können.

### Zeilen

- 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   
(spezifische Markierung möglich)

Datum	Uhrzeit	6 <sup>00</sup>	7 <sup>00</sup>	8 <sup>00</sup>	9 <sup>00</sup>	10 <sup>00</sup>	11 <sup>00</sup>
25.03.		—	⋈	▽	→	—	⋈
26.03.		—	—	▽	→	—	⋈
27.03.		—	⋈	▽	→	—	⋈

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

© Anlehnung Kinderspital Zürich