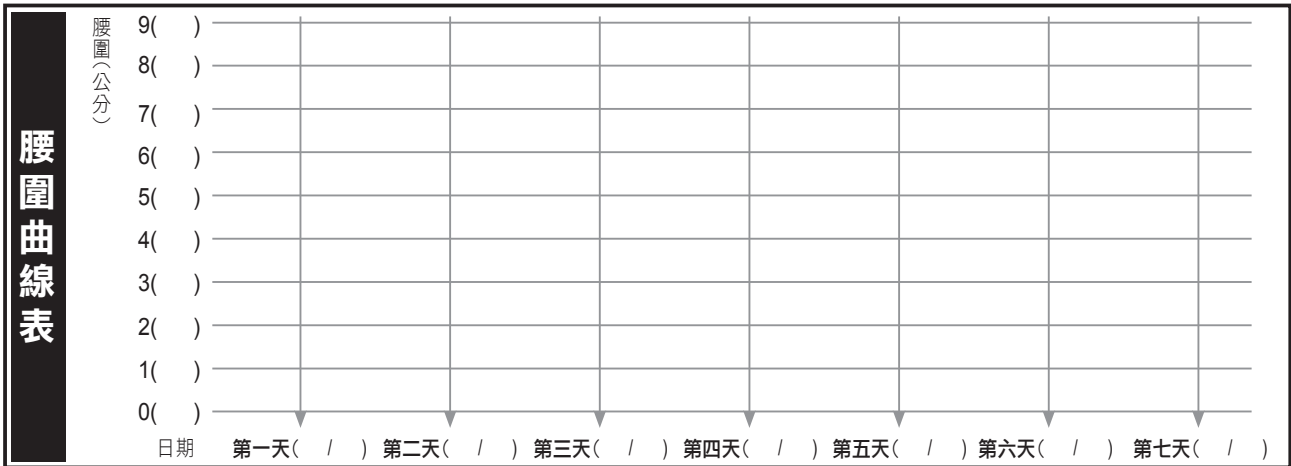
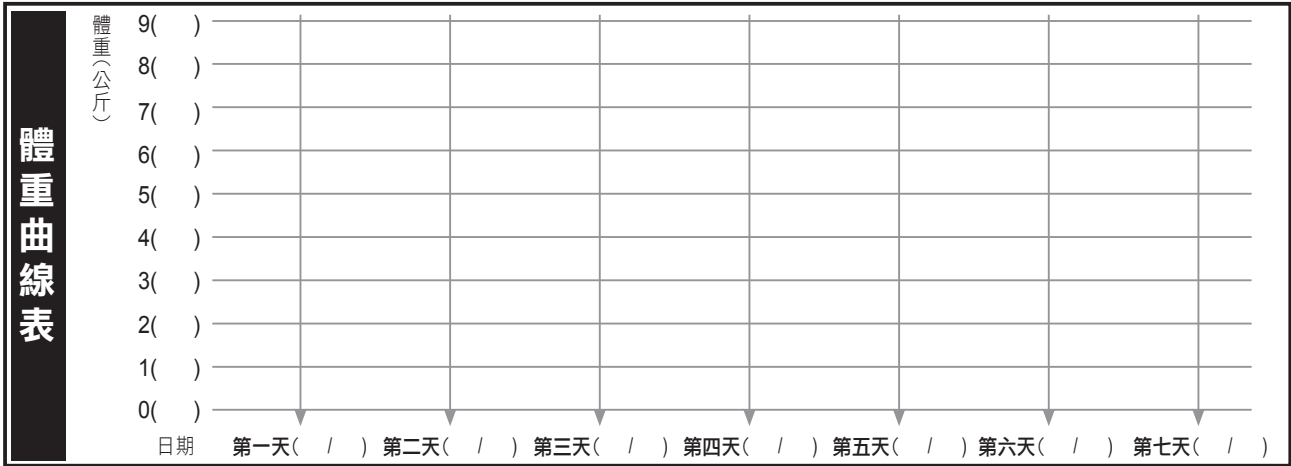


辟穀週期記錄表

填表日期： 年 月 日

姓名	年齡	歲	身高	公分	體重	公斤
BMI值 (體重/身高)	請參考講義P23附表		腰圍	公分		

* 請將第一天上課測量的數字填入“8()”空格裡，每格為一公斤／一公分



每日記錄表

第一天 (/)	體重	大便時間	補氣包數量	調能功次數	精神描述
	腰圍	大便所花時間	進食	按壓痛點	電話求救次數
	大便次數	飲水	練功 (功法)	體力描述	電話支持次數
	大便顏色及形狀、味道	辟穀湯次數	練功 (時間長短)	睡眠描述	復食情況
	其他症狀				

第二天 (/)	體重	大便時間	補氣包數量	調能功次數	精神描述
	腰圍	大便所花時間	進食	按壓痛點	電話求救次數
	大便次數	飲水	練功 (功法)	體力描述	電話支持次數
	大便顏色及形狀、味道	辟穀湯次數	練功 (時間長短)	睡眠描述	復食情況
	其他症狀				

第三天 (/)	體重	大便時間	補氣包數量	調能功次數	精神描述
	腰圍	大便所花時間	進食	按壓痛點	電話求救次數
	大便次數	飲水	練功 (功法)	體力描述	電話支持次數
	大便顏色及形狀、味道	辟穀湯次數	練功 (時間長短)	睡眠描述	復食情況
	其他症狀				

第四天 (/)	體重	大便時間	補氣包數量	調能功次數	精神描述
	腰圍	大便所花時間	進食	按壓痛點	電話求救次數
	大便次數	飲水	練功 (功法)	體力描述	電話支持次數
	大便顏色及形狀、味道	辟穀湯次數	練功 (時間長短)	睡眠描述	復食情況
	其他症狀				

第五天 (/)	體重	大便時間	補氣包數量	調能功次數	精神描述
	腰圍	大便所花時間	進食	按壓痛點	電話求救次數
	大便次數	飲水	練功 (功法)	體力描述	電話支持次數
	大便顏色及形狀、味道	辟穀湯次數	練功 (時間長短)	睡眠描述	復食情況
	其他症狀				

第六天 (/)	體重	大便時間	補氣包數量	調能功次數	精神描述
	腰圍	大便所花時間	進食	按壓痛點	電話求救次數
	大便次數	飲水	練功 (功法)	體力描述	電話支持次數
	大便顏色及形狀、味道	辟穀湯次數	練功 (時間長短)	睡眠描述	復食情況
	其他症狀				

第七天 (/)	體重	大便時間	補氣包數量	調能功次數	精神描述
	腰圍	大便所花時間	進食	按壓痛點	電話求救次數
	大便次數	飲水	練功 (功法)	體力描述	電話支持次數
	大便顏色及形狀、味道	辟穀湯次數	練功 (時間長短)	睡眠描述	復食情況
	其他症狀				