

Name	: Musterfrau 1	Geburtsdatum	: xx.xx.19xx
Startdatum	: 29.10.2007	Startzeit	: 18:35:55
		Geschlecht	: w
		Alter	: 30
Datei/Kurve	: Hb li, Rechtshänder		
Medikamente	: keine		
Symptomatik	: Depression, Anpassungsstörung, Va. Burn out		
Parallelmessung:	keine		

Kurzauswertung

	min (µS)	max. (µS)	mittel (µS)
Tageswerte	1.1	36.8	10.72
Schlafwerte	1.5	22.3	5.5
Entspannungstraining	1.2	15.0	3.85

Profilanalyse (Vorlagename: Standard)

Bereich	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
µS	0-4,9	5-9,9	10-14,9	15-19,9	20-24,9	25-29,9	30-34,9	35-39,9	40-44,9	45-99,9
Tag %	35.3	10.0	10.0	15.9	17.7	8.9	2.0	0.1	0.0	0.0
Schlaf %	62.7	21.0	6.9	8.6	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Individualwerte aus dem Protokoll

	Mittelwert (µS)	Standardabweichung
Arbeitszeit	21.57	4.4
motorische Bewegung (Sport)	9.3	5.3
TV	-	-
mentaler Dy stress	29.8	2.8
mentaler Eustress	-	-
mental neutral	9.0	2.1
Essenszeit	7.4	4.1
Müdigkeit/Erschöpfung	2.2	0.8
Sonstiges	-	-

Individuelle Auswertung : subjektiv : überwiegend müde , erschöpft, schlechter Schlaf

Tagesprofil: hohe Prozentwerte im unteren Bereich, wenn keine exogenen Außenreize wie z.B. Arbeit, dort sehr hohe Werte, teilweise über 1,5 Std. persistierend, Dy stress subjektiv ab 20 µS empfunden.

Schlafprofil: Hinweise für nicht erholsamen Schlaf, hoher Mittelwert, ausgeprägte "Dy stresswerte", Hinweis auf Morgentief, da kein deutlicher Werteanstieg. Entspannungsfähigkeit: Konzentrationsschwäche, nach!Entspannung

deutlicher Anstieg der Kurve (Benefit des Trainings ist hier Energiegewinn)

Motor. Bewegung: entspannt und zeigt zudem Werte auf Neutralem Niveau

Empfehlung: Aktivitätstraining mit genußvollen Tätigkeiten,Entsp.training als

Energielieferant,Pausen während d. Arbeit,Leistungsanspruch kogn. korrigieren

Stempel/Unterschrift