



## Røde symptomer som betyder stop:

- Glemmer ting/fraværende
- Eksem/sygdom forværres
- Uforklarlige smerter
- Mindre social
- Større forbrug af stimulanser
- Aggressiv
- Mave og tarmproblemer
- Blødningsforstyrrelser

## Gule symptomer betyder pas på:

- Træthed
- Sover dårligt om natten
- Tænker hele tiden
- Uro i kroppen
- Indre modstand/modvilje
- Irritabel
- Lettere til tårer
- Indesluttet

## Grønne symptomer som er ok:

- Midlertidig hjertebanken
- Midlertidig rysten eller tics
- Sveder
- Tørhed i munden
- "Sommerfugle i maven"
- Knugen i brystet/maven
- Tissetrang
- Anspændthed