Brisalia | Perimenopause- und Menopause-Tracker

Vollständiger Bericht

Berichtszeitraum 21. Aug. 2026 – 20. Nov. 2026 **Exportiert am** 20. Nov. 2026
Tagebuchabdeckung 84 von 92 Tagen erfasst

Worüber ich sprechen möchte

“Ich hatte eine leichte Blutung. Sollte die Dosis des Pflasters angepasst werden?”

Am stärksten belastendes Symptom: **Hitzewallungen**

Erfasste Medikamente

Hormonpflaster · 50 mcg · zweimal pro Woche
Letzte Änderung: **10. Okt. 2026** · Hormonpflaster: von 25 mcg auf 50 mcg

Periode und Blutungen

2 Perioden mit von ihr erfassten Daten · 1 andere Blutung oder Schmierblutung
2. Sept. – 5. Sept. 2026 · Periode (Beginn und Ende von ihr erfasst) · 4 Tage. Blutung an 4 von 4 Tagen erfasst. Am stärksten am 3. Sept.
14. Okt. – 16. Okt. 2026 · Periode (Beginn und Ende von ihr erfasst) · 3 Tage. Blutung an 3 von 3 Tagen erfasst. Am stärksten am 15. Okt.
4. Nov. · Andere Blutungen: Schmierblutung, nicht sicher.
Zeit zwischen erfassten Periodenbeginnen (von Beginn zu Beginn): 28. Juli → 2. Sept.: 36 Tage; 2. Sept. → 14. Okt.: 42 Tage
Periodenübersicht für diesen Bericht (21. Aug. – 20. Nov. 2026), nach den von ihr erfassten Daten: zuletzt erfasste Periode 14. Okt. – 16. Okt. 2026 (3 Tage); 37 Tage von diesem Beginn bis zum Ende dieses Berichts.
Durchschnittliche Zeit zwischen erfassten Beginnen: 39 Tage, auf Grundlage von 2 erfassten Abständen in diesem Bericht (kürzester 36, längster 42 Tage).
Durchschnittliche Dauer abgeschlossener Perioden: 3,5 Tage, auf Grundlage von 2 abgeschlossenen Perioden in diesem Bericht.
Nur erfasster Verlauf: eine nicht erfasste Periode kann einen Abstand verlängern. Keine Vorhersage.

Wichtigste Symptome und Alltag

Wichtigste Symptome im Verlauf

Symptom	Davor 21. Aug. – 9. Okt. 46 erfasste Tage	Ab dem Tag der Änderung (einschließlich) 10. Okt. – 20. Nov. 38 erfasste Tage
Hitzewallungen	39 von 46 Tagen · durchschnittliche Belastung 3,0/5	30 von 38 Tagen · durchschnittliche Belastung 2,9/5
Nachtschweiß	24 von 46 Tagen · durchschnittliche Belastung 3,0/5	21 von 38 Tagen · durchschnittliche Belastung 3,1/5
Schlechter Schlaf	19 von 46 Tagen · durchschnittliche Belastung 2,6/5	16 von 38 Tagen · durchschnittliche Belastung 2,8/5

Tage mit dem Symptom von den erfassten Tagen im jeweiligen Zeitraum und seine durchschnittliche Belastung. Ein Vergleich des Erfassten: Er zeigt keine Ursachen.

Beantwortet an 1 von 84 erfassten Tagen. Schwerer fiel: Schlaf (1 Tag).

Ein nicht erfasster Tag zählt nicht als Tag ohne Symptome.

Schlaf

Durchschnittlicher Schlaf: 6 Std. 56 Min. pro erfasster Nacht, auf Grundlage von 25 Nächten in diesem Bericht.
Wie sie geschlafen hat (beantwortete Nächte): gut 10 · mäßig 10 · schlecht 9.

Von der Patientin geführtes Tagebuch. Brisalia ist kein Medizinprodukt. Es stellt keine Diagnosen und empfiehlt keine Behandlungen.
Ihr Tagebuch ist auf Ihrem Gerät gespeichert. Exportierte PDF-Kopien sind vom Tagebuch getrennt.
Für medizinisches Fachpersonal: brisalia.app/de/profesionales

Alle erfassten Symptome

Gelenkschmerzen 20 von 84 erfassten Tagen · durchschnittliche Belastung 2,8/5; **Gehirnnebel** 16 von 84 erfassten Tagen · durchschnittliche Belastung 2,0/5; **Angst** 15 von 84 erfassten Tagen · durchschnittliche Belastung 2,1/5; **Periodenschmerzen** 4 von 84 erfassten Tagen · durchschnittliche Belastung 1,8/5; **Kopfschmerzen** 3 von 84 erfassten Tagen · durchschnittliche Belastung 2,3/5

Behandlungsverlauf

12. Sept. 2026 · Hormonpflaster begonnen (25 mcg · zweimal pro Woche)

Von der Patientin geteilte Notizen

12. Sept. 2026 · Tagebuch

“Erster Tag mit dem Pflaster.”

Von der Patientin geführtes Tagebuch. Brisalia ist kein Medizinprodukt. Es stellt keine Diagnosen und empfiehlt keine Behandlungen.
Ihr Tagebuch ist auf Ihrem Gerät gespeichert. Exportierte PDF-Kopien sind vom Tagebuch getrennt.
Für medizinisches Fachpersonal: brisalia.app/de/profesionales