



**Pola**

Weniger im Kopf. Mehr Zeit zusammen.

ARZTBERICHT

# Hanna

Berichtszeitraum: **26. August – 24. September 2026** (30 Tage).

Zum Vergleich die vorherigen 30 Tage: 27. Juli – 25. August 2026.

GEBURTSDATUM

20. Februar 2026, 6:42 Uhr

GESCHLECHT

Mädchen

BLUTGRUPPE

A Rh+

DAUERMEDIKATION

Vitamin D3, 400 I.E. täglich

ALTER AM 25. SEPTEMBER 2026

7 Mon. 5 Tage (31 Wochen)

BEI DER GEBURT

3340 g, 53 cm, Apgar 10

ALLERGIEN

nicht eingetragen

KINDERARZT

Dr. Anna Weber

Der Bericht fasst die Einträge der Eltern aus der Pola-App zusammen. **Er ist keine medizinische Dokumentation und keine Diagnose** und ersetzt keine ärztliche Untersuchung.

## Das Wichtigste auf einen Blick

MILCH PRO TAG

**727 ml**

zuvor 759 ml

FÜTTERUNGEN PRO TAG

**6,3**

davon nachts 1,7 · zuvor 6,3

SCHLAF PRO TAG

**12 Std. 22 Min.**

zuvor 12 Std. 49 Min.

LÄNGSTER SCHLAF AM STÜCK

**5 Std. 25 Min.**

Durchschnitt aller Tage · zuvor 5 Std. 13 Min.

NASSE WINDELN PRO TAG

**7,3**

mit Stuhl 1,4 · zuvor 7,4 und 1,5

KÖRPERGEWICHT

**7,80 kg**

22. September · 21. August: 7,55 kg

HÖCHSTE TEMPERATUR

**39,1 °C**

10. September · 38 °C oder mehr an 3 Tagen

MAHLZEITEN PRO TAG

**2,8**

3 neue Lebensmittel, 1 Reaktion · zuvor 2,2

## Was passiert ist

der Reihe nach

|                  |                                                                                                                                                                                                        |      |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 28. August       | Impfung laut Impfkalender. Höchste Temperatur <b>37,6 °C</b> (28. August, 19:40).                                                                                                                      | S. 8 |
| 29. August       | Erstes Mal in diesem Zeitraum <b>Brokkoli</b> .                                                                                                                                                        | S. 6 |
| 2. September     | Erstes Mal in diesem Zeitraum <b>Ei</b> . Reaktion: <b>Ausschlag</b> , Notiz: „Rote Flecken um den Mund etwa 20 Min. nach dem Essen, nach etwa 2 Std. verschwunden. Sonst ist mir nichts aufgefallen.“ | S. 6 |
| 9.–13. September | Krankheit: „Infekt: Fieber, Schnupfen“. Höchste Temperatur <b>39,1 °C</b> (10. September, 12:15). Paracetamol 5-mal gegeben. Weicher Stuhl.                                                            | S. 7 |
| 10. September    | Kinderarzt: Fieber                                                                                                                                                                                     | S. 8 |
| 16. September    | Erstes Mal in diesem Zeitraum <b>Hirsebrei</b> .                                                                                                                                                       | S. 6 |
| 22. September    | Letzte Messung: 7,80 kg, 68,5 cm.                                                                                                                                                                      | S. 2 |

**Woher die Daten stammen.** 711 Aktivitäten von 2 Personen.

Milchmahlzeiten: Einträge an 30 von 30 Tagen. Schlaf: Einträge an 30 von 30 Tagen. Windeln: Einträge an 30 von 30 Tagen. Mahlzeiten und neue Lebensmittel: Einträge an 30 von 30 Tagen. Durchschnittswerte werden aus Tagen mit Einträgen berechnet; Tage ohne Einträge zählen nicht als null.

**Auf den folgenden Seiten.** Zeitleiste, Gewicht und Körperlänge (S. 2) ·

Milchmahlzeiten (S. 3) · Schlaf (S. 4) · Tag für Tag (S. 5) · Windeln, Mahlzeiten und neue Lebensmittel (S. 6) · Krankheiten, Gesundheit und Medikamente (S. 7) · Notizen der Eltern, Termine und Impfungen, Fragen an den Arzt (S. 8)

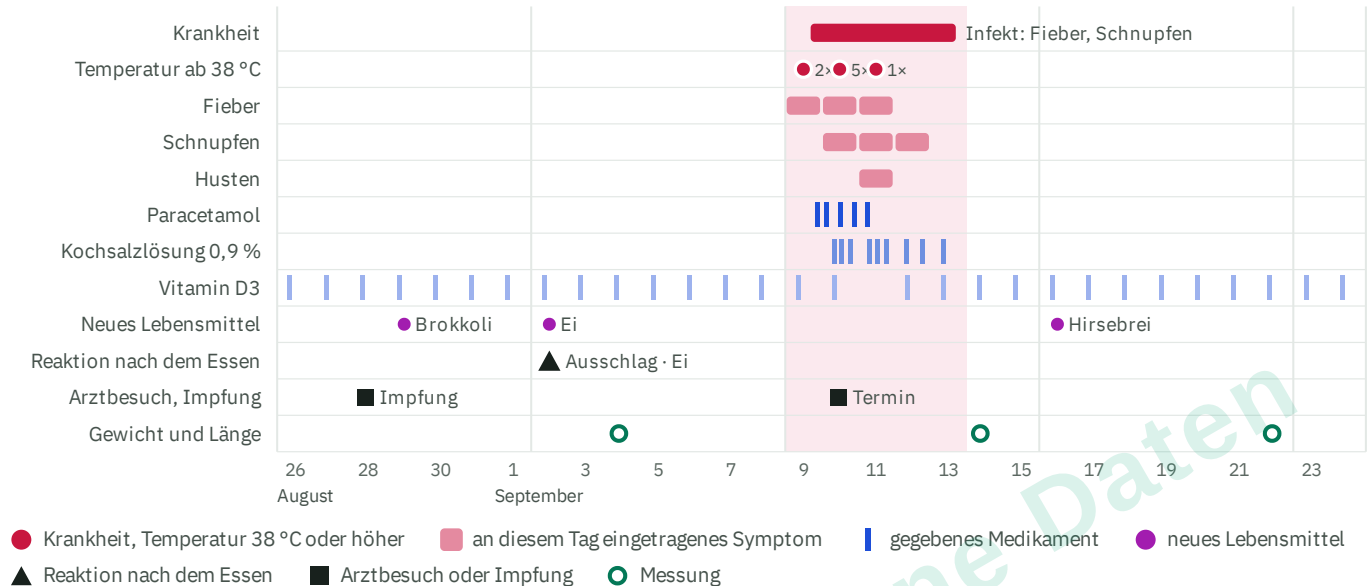
Bericht erstellt am 25. September 2026 um 7:48. Nächster Termin im Kalender: 30. September 2026, 9:40 (Kontrolle).



## Zeitleiste

30 Tage, eine Zeile pro Eintragsart

Jedes Zeichen ist ein Eintrag. Rosa Hintergrund: Krankheit 9.–13. September.

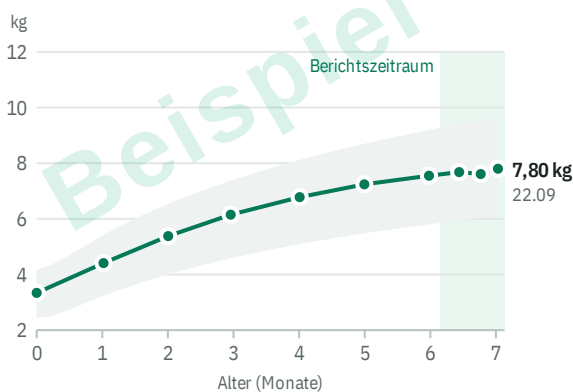


## Gewicht und Körperlänge

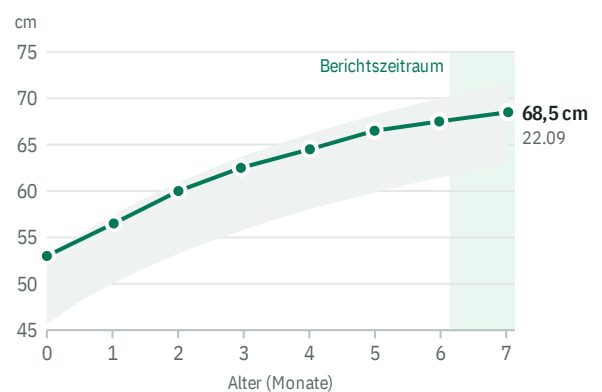
10 Messungen seit der Geburt, davon 3 im Berichtszeitraum

Alle Messungen seit der Geburt. Grüner Hintergrund ist der Berichtszeitraum. Das graue Band zeigt den WHO-Perzentilbereich (P3–P97) für Alter und Geschlecht – eine Referenzverteilung, keine Bewertung. Kalendarisches Alter, ohne Korrektur für Frühgeburt. Quelle: WHO Child Growth Standards.

## Körpergewicht (kg)



## Körperlänge (cm)



| MESSDATUM          | ALTER          | GEWICHT | LÄNGE             | NOTIZ            |
|--------------------|----------------|---------|-------------------|------------------|
| 22. Juli 2026      | 5 Mon. 2 Tage  | 7,24 kg | 66,5 cm           |                  |
| 21. August 2026    | 6 Mon. 1 Tag   | 7,55 kg | 67,5 cm           |                  |
| 4. September 2026  | 6 Mon. 15 Tage | 7,68 kg | nicht eingetragen |                  |
| 14. September 2026 | 6 Mon. 25 Tage | 7,61 kg | nicht eingetragen | Nach dem Infekt. |
| 22. September 2026 | 7 Mon. 2 Tage  | 7,80 kg | 68,5 cm           |                  |

Die Tabelle zeigt die letzten 5 Messungen. Grüner Balken neben dem Datum: eine Messung aus dem Berichtszeitraum. Der erste Punkt in den Diagrammen sind die Geburtsdaten.



## Milchmahlzeiten

190 Einträge

MILCH PRO TAG

**727 ml**

von 510 ml bis 930 ml

FÜTTERUNGEN PRO TAG

**6,3**

durchschnittlich 115 ml  
pro Fütterung

FÜTTERUNGEN NACHTS

**1,6**

von 22:00 bis 6:00

LÄNGSTE PAUSE

**6 Std. 5 Min.**

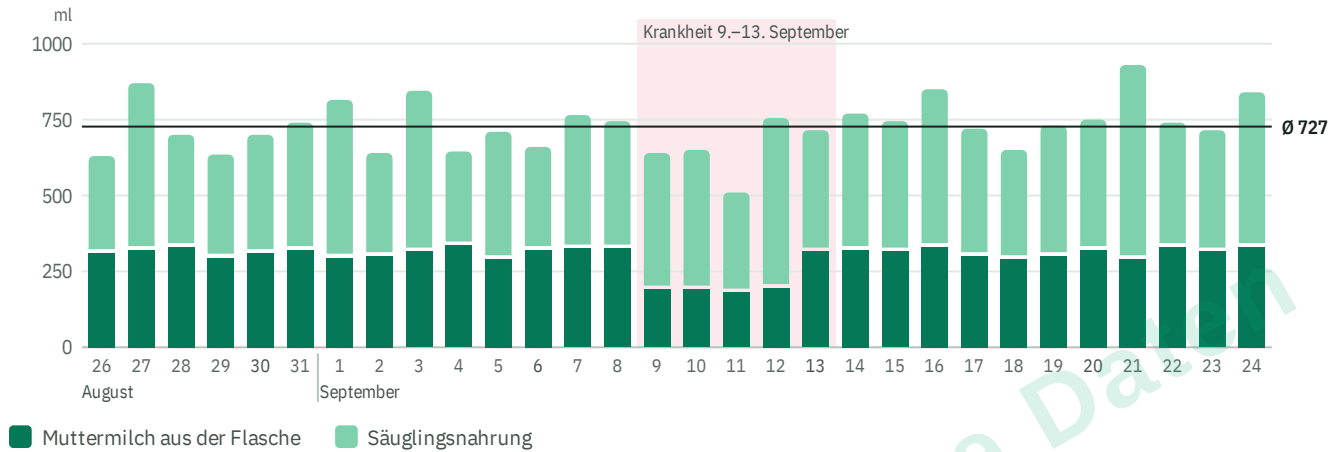
zwischen den Fütterungen,  
im Tagesdurchschnitt

MILCHART

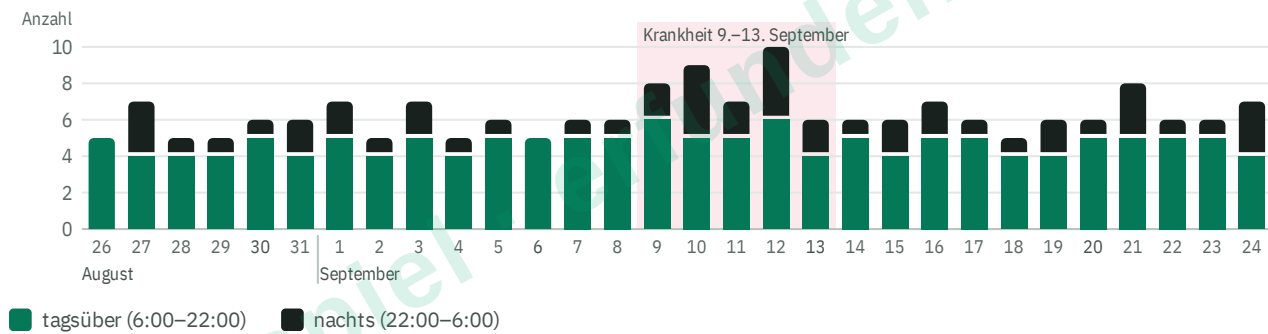
**41% / 59%**

Muttermilch /  
Formulanahrung

Milchmenge pro Tag (ml). Die waagerechte Linie ist der Durchschnitt.



## Fütterungen pro Tag



| WOCHE<br>(TAGESDURCHSCHNITT) | MILCH<br>H | MUTTERMILCH<br>H | FORMULANAHRUNG<br>G | FÜTTERUNGEN<br>N | NACHT<br>S | LÄNGSTE PAUSE<br>(STD.:MIN.) |
|------------------------------|------------|------------------|---------------------|------------------|------------|------------------------------|
| vorherige 30 Tage            | 759<br>ml  | 325 ml           | 434 ml              | 6,3              | 1,6        | 6:08                         |
| 26. August – 1. September    | 727<br>ml  | 311 ml           | 416 ml              | 5,9              | 1,4        | 6:19                         |
| 2.–8. September              | 716<br>ml  | 316 ml           | 400 ml              | 5,7              | 1,0        | 7:40                         |
| 9.–15. September             | 684<br>ml  | 244 ml           | 440 ml              | 7,4              | 2,4        | 5:04                         |
| 16.–22. September            | 767<br>ml  | 309 ml           | 459 ml              | 6,3              | 1,6        | 5:40                         |
| 23.–24. September            | 778<br>ml  | 323 ml           | 455 ml              | 6,5              | 2,0        | 4:46                         |

Der Bericht zählt die in Millilitern eingetragene Milchmenge. Die App speichert nicht, an welcher Brust und wie lange das Baby getrunken hat.



## Schlaf

152 Einträge

## SCHLAF PRO TAG

**12 Std. 22 Min.**

von 11 Std. 9 Min. bis 13 Std. 30 Min.

## NACHTS

**9 Std. 31 Min.**

von 19:00 bis 7:00

## TAGSÜBER

**2 Std. 49 Min.**

durchschnittlich 2,3 Nickerchen

## LÄNGSTER SCHLAF AM STÜCK

**5 Std. 25 Min.**

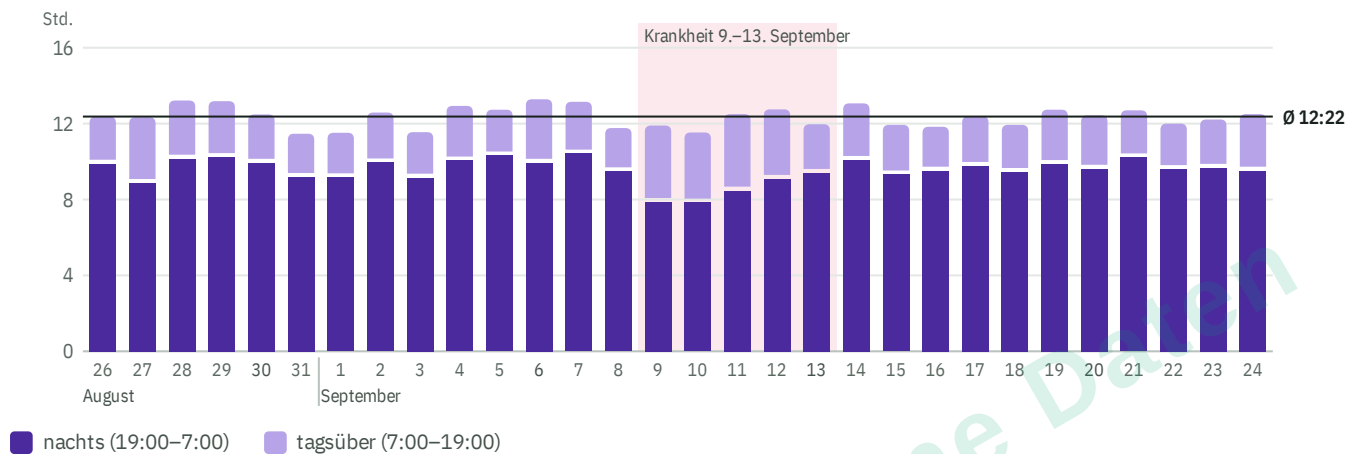
längster aufgezeichneter: 10 Std. 19 Min.

## NÄCHTLICHE UNTERBRECHUNGEN

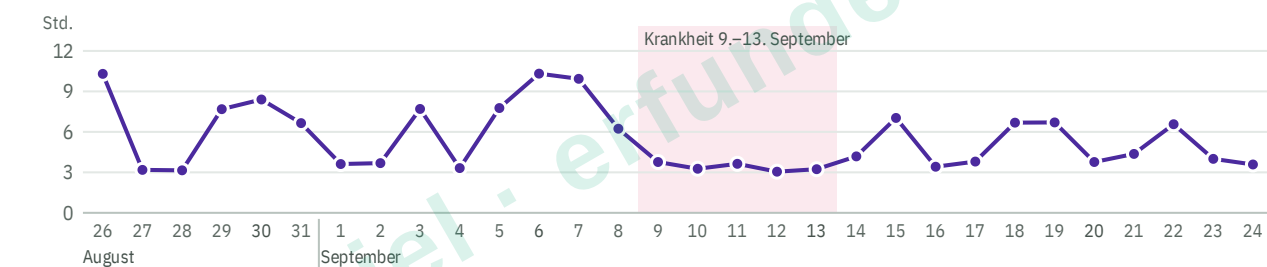
**1,8**

durchschnittlich pro Nacht · zuvor 1,5

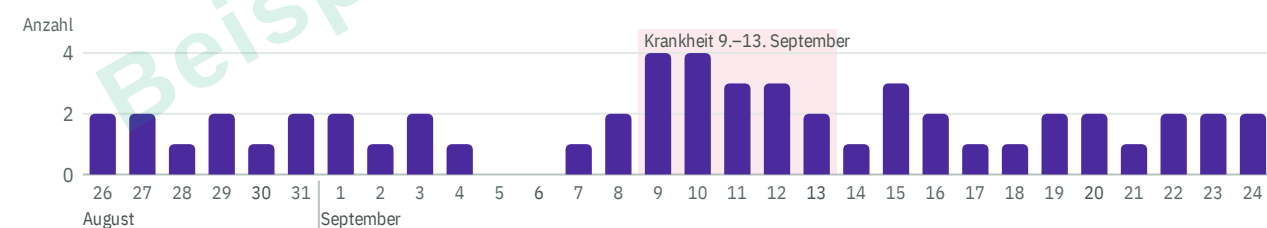
Wie viel Schlaf pro Tag (Std.). Die horizontale Linie zeigt den Durchschnitt.



## Längster ununterbrochener Schlaf (Std.)



## Unterbrechungen des Nachtschlafs (Anzahl). Das Datum ist der Abend, an dem die Nacht begann.



| WOCHE (TAGESDURCHSCHNITT) | SCHLAF | NACHTS | TAGSÜBER | LÄNGSTER | NÄCHTLICHE UNTERBRECHUNGEN |
|---------------------------|--------|--------|----------|----------|----------------------------|
| vorherige 30 Tage         | 12:49  | 9:51   | 3:10     | 5:13     | 1,5                        |
| 26. August – 1. September | 12:26  | 9:38   | 2:44     | 6:08     | 1,7                        |
| 2.–8. September           | 12:32  | 9:54   | 2:40     | 7:00     | 1,0                        |
| 9.–15. September          | 12:19  | 8:52   | 3:22     | 4:01     | 2,9                        |
| 16.–22. September         | 12:12  | 9:43   | 2:34     | 5:03     | 1,6                        |
| 23.–24. September         | 12:23  | 9:36   | 2:46     | 3:48     | 2,0                        |

Schlafzeit in der Tabelle: Stunden und Minuten (12:22 bedeutet 12 Std. 22 Min.). Eine nächtliche Schlafunterbrechung ist die Lücke zwischen zwei Schlafeinträgen derselben Nacht.



## Tag für Tag

Schlaf, Fütterungen und Mahlzeiten im Tagesverlauf

Eine Zeile ist ein Tag, von Mitternacht bis Mitternacht. Grauer Hintergrund: Nacht (19:00–7:00 Uhr). Rosa Daten: Krankheitstage.

■ Schlaf ■ Milchlmahlzeit ◆ Mahlzeit ● Temperatur 38,0 °C oder höher





## Windeln

229 Einträge

NASSE WINDELN PRO TAG

7,3

zuvor 7,4

WINDELN MIT STUHL PRO TAG

1,4

zuvor 1,5

WEICHER STUHL

8

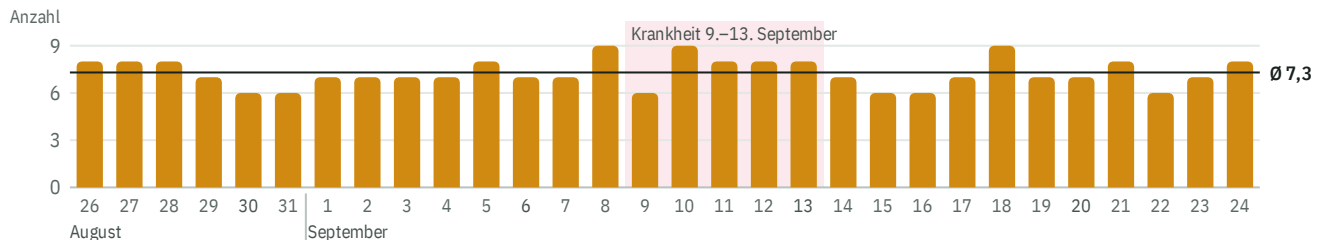
alle am 9.–13. September

HARTER STUHL

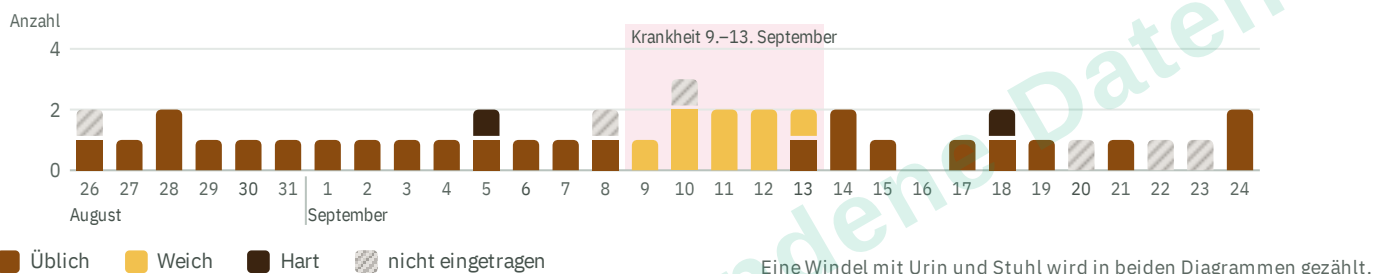
2

5. September, 18. September

## Nasse Windeln pro Tag



## Windeln mit Stuhl pro Tag, nach Stuhlkonsistenz

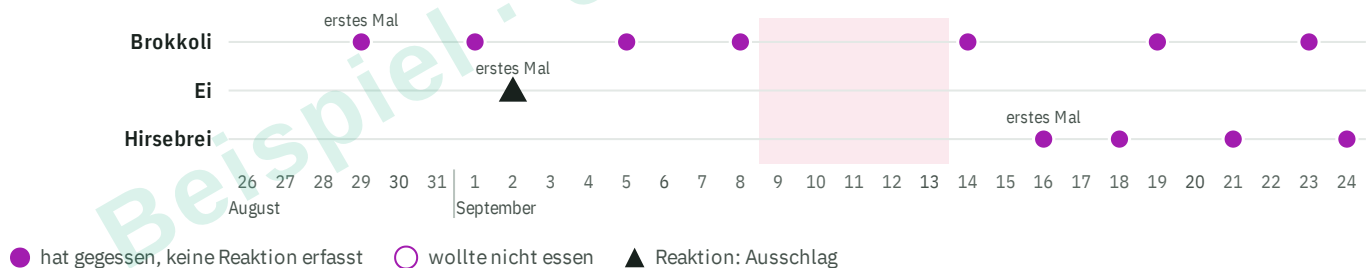


Eine Windel mit Urin und Stuhl wird in beiden Diagrammen gezählt.

## Mahlzeiten und neue Lebensmittel

83 Einträge, durchschnittlich 2,8 Mahlzeiten pro Tag

Ein neues Lebensmittel ist eines, das das Baby in diesem Zeitraum zum ersten Mal gegessen hat. Jedes Zeichen ist eine Mahlzeit.



LEBENSMITTEL ERSTES MAL WIE OFT REAKTION NOTIZ DER ELTERN

|           |               |   |               |                                                                                                                          |
|-----------|---------------|---|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Brokkoli  | 29. August    | 7 | nicht erfasst |                                                                                                                          |
| Ei        | 2. September  | 1 | Ausschlag     | „Rote Flecken um den Mund etwa 20 Min. nach dem Essen, nach etwa 2 Std. verschwunden. Sonst ist mir nichts aufgefallen.“ |
| Hirsebrei | 16. September | 4 | nicht erfasst | „Mit Pre-Milch.“                                                                                                         |

## Gemeldete Reaktionen

2. September – Ei: Ausschlag „Rote Flecken um den Mund etwa 20 Min. nach dem Essen, nach etwa 2 Std. verschwunden. Sonst ist mir nichts aufgefallen.“

Bisher gegebene Lebensmittel: Reisbrei, Apfel, Banane, Kürbis, Karotte, Pute, Zucchini, Kartoffel, Birne.



## Gesundheit

14 Temperaturmessungen, 43 Medikamentengaben

## VON DEN ELTERN EINGETRAGENE KRANKHEIT

„Infekt: Fieber, Schnupfen“, 9.–13. September 2026

Notiz: „Beim Kinderarzt am 10.09.“

## SYMPTOM

## WANN

Fieber

9.–11. September

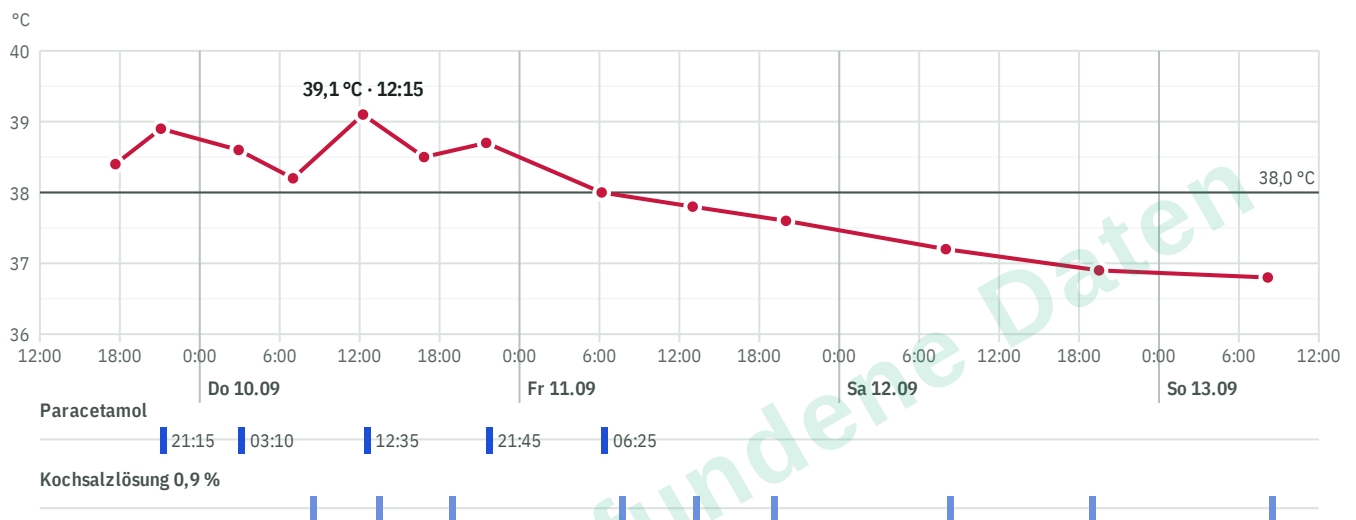
Schnupfen

10.–12. September

Husten

11. September

## Temperatur (°C) und verabreichte Medikamente, von 9. September 12:00 bis 13. September 12:00



Die horizontale Linie markiert 38°C. Die App speichert nicht, wo die Temperatur gemessen wurde.

## Paracetamol, jede Dosis

| NR. | WANN                 | DOSIS           | SEIT DER VORHERIGEN DOSIS | LETZTE TEMPERATUR VOR DER DOSIS |
|-----|----------------------|-----------------|---------------------------|---------------------------------|
| 1   | 9. September, 21:15  | 80 mg, Zäpfchen | erste                     | 38,9 °C um 21:05                |
| 2   | 10. September, 3:10  | 80 mg, Zäpfchen | 5 Std. 55 Min.            | 38,6 °C um 2:55                 |
| 3   | 10. September, 12:35 | 80 mg, Zäpfchen | 9 Std. 25 Min.            | 39,1 °C um 12:15                |
| 4   | 10. September, 21:45 | 80 mg, Zäpfchen | 9 Std. 10 Min.            | 38,7 °C um 21:30                |
| 5   | 11. September, 6:25  | 80 mg, Zäpfchen | 8 Std. 40 Min.            | 38,0 °C um 6:10                 |

## Alle Medikamente

| MEDIKAMENT           | DOSIS                    | WIE OFT | VON – BIS                     | ANMERKUNGEN                   |
|----------------------|--------------------------|---------|-------------------------------|-------------------------------|
| Kochsalzlösung 0,9 % | je 2 Tropfen in die Nase | 9       | 10. September – 13. September | an 4 Tagen                    |
| Paracetamol          | 80 mg, Zäpfchen          | 5       | 9. September – 11. September  | jede Gabe in der Tabelle oben |
| Vitamin D3           | 400 I.E.                 | 29      | 26. August – 24. September    | kein Eintrag am 11. September |

Namen und Dosierungen der Medikamente sind so übernommen, wie die Eltern sie eingegeben haben.

## Weitere Temperaturmessungen

| DATUM           | UHRZEIT | TEMPERATUR | ANMERKUNGEN              |
|-----------------|---------|------------|--------------------------|
| 28. August 2026 | 19:40   | 37,6 °C    | Abends nach der Impfung. |



## Notizen der Eltern

wörtlich übernommen

|                      |                     |                                                                                                                          |
|----------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28. August, 19:40    | Gesundheit          | „Abends nach der Impfung.“                                                                                               |
| 2. September, 12:13  | Mahlzeit: Ei        | „Rote Flecken um den Mund etwa 20 Min. nach dem Essen, nach etwa 2 Std. verschwunden. Sonst ist mir nichts aufgefallen.“ |
| 10. September, 7:00  | Gesundheit          | „Quengelig, isst weniger.“                                                                                               |
| 10. September, 11:20 | Termin              | „Gelbes Heft mitnehmen.“                                                                                                 |
| 11. September, 13:00 | Gesundheit          | „Schnupfen dicker, Husten vor allem nachts.“                                                                             |
| 13. September, 8:10  | Gesundheit          | „Seit gestern kein Fieber, der Appetit kommt zurück.“                                                                    |
| 14. September, 9:00  | Messung             | „Nach dem Infekt.“                                                                                                       |
| 16. September, 12:02 | Mahlzeit: Hirsebrei | „Mit Pre-Milch.“                                                                                                         |

## Termine und Impfungen

aus dem Kalender in der App

| DATUM                | ART     | BESCHREIBUNG IM KALENDER  |
|----------------------|---------|---------------------------|
| 28. August, 10:30    | Impfung | Impfung laut Impfkalendar |
| 10. September, 11:20 | Termin  | Kinderarzt: Fieber        |
| 30. September, 9:40  | Termin  | Kontrolle                 |

Der Kalender speichert nicht den Namen des Impfstoffs.

## Fragen an den Arzt

die Eltern tragen sie vor dem Termin ein

- 
- 
- 
- 

## Notizen des Arztes

## So liest du den Bericht

- Durchschnittswerte werden pro Kalendertag (Mitternacht bis Mitternacht) berechnet, nur aus Tagen mit mindestens einem Eintrag – ein Tag ohne Eintrag zählt nicht als null. Nacht bedeutet 19:00–7:00 für den Schlaf und 22:00–6:00 für die Fütterungen.
- „Zuvor“ bedeutet 30 Tage früher: 27. Juli – 25. August 2026.
- Ein fehlender Eintrag bedeutet nicht, dass nichts passiert ist.
- Jede Zahl wird einzeln gerundet, sodass sich die Teile nicht immer genau zur Summe addieren.
- Wenn WHO-Perzentilbänder angezeigt werden, handelt es sich um neutrale Referenzdaten (P3–P97) für Alter und Geschlecht – keine automatische Bewertung.