

Varsiluomen seurantapäiväkirja

Kirjaa havainto rauhallisesti ja yhdenmukaisesti. Ota yhteys ammattilaiseen, jos muutos kasvaa nopeasti, vuotaa, haavautuu tai on muuten epäselvä.

Näin saat vertailukelpoisen merkinnän

1. Kuvaa samassa valaistuksessa ja samalta etäisyydeltä. 2. Aseta millimetrimitta muutoksen viereen.
3. Älä muokkaa värejä. 4. Kirjaa oireet omin sanoin.

Päivä	Koko (mm)	Väri / pinta	Oireet ja muu havainto

Vastaanottokäynnin muistilista

Ota päiväkirja ja mahdolliset valokuvat mukaan. Merkitse alle kysymykset, joihin haluat vastauksen.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____

Lähteet ja lisätiedot: <https://varsiluomi.fi/lahteet/> — tarkistettu 4.8.2026.