

Παρακολουθήστε την Αιμοσφαιρίνη σας σε σχέση με τη δραστηριότητά σας							Η κατάσταση της αιμοσφαιρίνης μου
ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ							
Επίπεδο Αιμοσφαιρίνης							
5 – Μπορώ να κάνω τις περισσότερες συνήθειες δραστηριότητες							
4 - Μπορώ να κάνω λιγότερες από τις συνήθειες δραστηριότητες							
3 - Μπορώ να κάνω κάποιες από τις συνήθειες δραστηριότητες							
2 - Μπορώ να κάνω ελάχιστες από τις συνήθειες δραστηριότητες							
1 – Δεν κάνω καμία από τις συνήθειες δραστηριότητες							