

Recording your headgear wear time

Place an "x" in the box that indicates how much time (8-10 hours, 10-12 hours, or more) you wore your headgear each day of the week.

+														
10-12														
8-10														
Time	Su	M	T	W	Th	F	Sa	Su	M	T	W	Th	F	Sa

+														
10-12														
8-10														
Time	Su	M	T	W	Th	F	Sa	Su	M	T	W	Th	F	Sa

+														
10-12														
8-10														
Time	Su	M	T	W	Th	F	Sa	Su	M	T	W	Th	F	Sa

+														
10-12														
8-10														
Time	Su	M	T	W	Th	F	Sa	Su	M	T	W	Th	F	Sa

Recording your headgear wear time

Place an "x" in the box that indicates how much time (8-10 hours, 10-12 hours, or more) you wore your headgear each day of the week.

+														
10-12														
8-10														
Time	Su	M	T	W	Th	F	Sa	Su	M	T	W	Th	F	Sa

+														
10-12														
8-10														
Time	Su	M	T	W	Th	F	Sa	Su	M	T	W	Th	F	Sa

+														
10-12														
8-10														
Time	Su	M	T	W	Th	F	Sa	Su	M	T	W	Th	F	Sa

+														
10-12														
8-10														
Time	Su	M	T	W	Th	F	Sa	Su	M	T	W	Th	F	Sa