

Checkliste für den Arztbesuch ●

Folgende Punkte können Ihnen als Anregung für den bevorstehenden Arzttermin dienen, um die oft knappe Zeit dort effektiv zu nutzen. Bitte denken Sie auch daran, Untersuchungsergebnisse und Befunde anderer Ärzte sowie Ihren Medikamentenplan beziehungsweise alle Medikamente mitzunehmen, die Sie derzeit einnehmen.

Symptome

- Schmerzen
- Schmerzdauer (z. B. die ganze Nacht, bei Belastung, immer)

- Druckempfindlichkeit (z. B. an Ferse, Knie, Beckenkamm)

- Steifigkeit
- Sonstiges (z. B. Schwindel)

Beruf

Mein Beruf

- Ich kann meiner Arbeit ohne Einschränkungen nachgehen
- Ich kann meiner Arbeit nur eingeschränkt nachgehen
- Ich kann meiner Arbeit gar nicht nachgehen

Allgemeinzustand

- Ich fühle mich sehr gut
- Ich fühle mich gut
- Ich fühle mich okay
- Ich fühle mich nicht so gut
- Ich fühle mich schlecht

Begleiterscheinungen

- Allgemeine Beschwerden (z. B. Kopfschmerzen, Magen-Darm-Beschwerden)
- Schlaflosigkeit
- Niedergeschlagenheit (z. B. Mattigkeit, depressive Verstimmung)
- Sonstiges (z. B. mangelnde Libido)

Aktivitäten (z. B. Freizeit, Bewegung, Sport)

Meine Aktivitäten

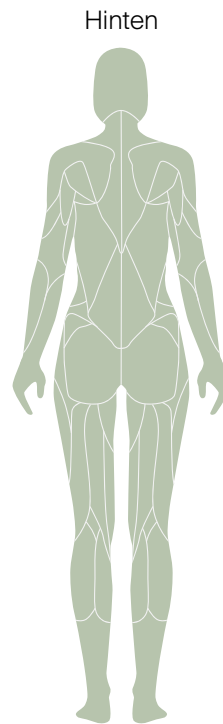
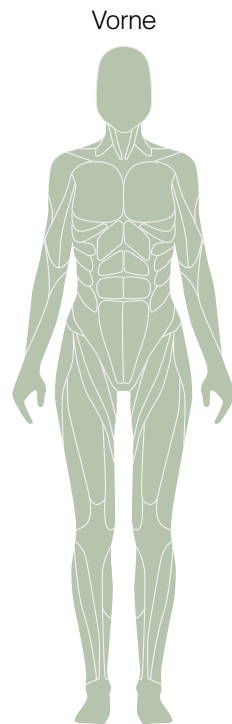
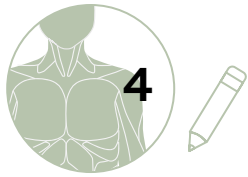
- Ich kann meinen Aktivitäten uneingeschränkt nachgehen
- Ich kann meinen Aktivitäten nur eingeschränkt nachgehen
- Ich kann meinen Aktivitäten gar nicht nachgehen

Therapieverlauf

- Besser
- Schlechter
- Gleich geblieben
- Besondere Vorkommnisse

Wo tut es weh?

Um ein genaueres Bild Ihrer Beschwerden zu vermitteln, markieren Sie auf der Abbildung bitte Ihre jeweiligen Schmerzpunkte mit einer Zahl von 1 bis 10 für die Schmerzintensität. (1 = kaum Schmerzen bis 10 = sehr starke Schmerzen)



Steifigkeit/Müdigkeit

Steifigkeit und Müdigkeit sind typische Symptome bei Rheuma. Geben Sie auf den entsprechenden Skalen bitte kurz Ihre Einschätzung dazu ab.



(1 = nicht vorhanden bis 10 = äußerst schwerwiegend)

Steifigkeit im Rücken nach dem Aufstehen



(1 = nicht vorhanden bis 10 = äußerst schwerwiegend)

Wie lange hält die morgendliche Steifigkeit nach dem Aufstehen in etwa an?

Angabe in halben Stunden, z. B. 0,5, 2,5 oder mehr als 2,5 Stunden

Erschöpfung/Müdigkeit



(1 = nicht vorhanden bis 10 = äußerst schwerwiegend)

Mein individuelles Therapieziel

