

ICH & MEIN ARZTBESUCH

Alles was ich über meine Beschwerden mitteilen möchte

Mit diesem Leitfaden hast du die Möglichkeit, dich in aller Ruhe auf den nächsten Arztbesuch vorzubereiten. Denn niemand kennt deine Beschwerden besser als du selbst. Und wir unterstützen dich dabei, mit deinem Arzt konkret darüber zu sprechen, was für deine Therapie am besten ist.

Nutze den Leitfaden dazu, die wichtigsten Informationen zu deiner Person und deinen individuellen Beschwerden zu dokumentieren und bringe den ausgefüllten Bogen dann als Gesprächsleitfaden zum nächsten Arztbesuch mit. Druck dir für jeden Arztbesuch einen neuen Bogen aus und trage dann deine jeweils aktuellen Informationen ein.

SELBSTEINSCHÄTZUNG

Notiere bitte kurz, was dir im Bezug auf deine Beschwerden aufgefallen ist.



SYMPTOME

- Schmerzen
- Schmerzdauer (z.B. nachts, bei Belastung, immer)

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

- Steifigkeit
- Sonstiges (z.B. Schwindel)

BERUF

- Ich kann meiner Arbeit ohne Einschränkungen nachgehen
 - Ich kann meiner Arbeit eingeschränkt nachgehen
 - Ich kann meiner Arbeit gar nicht nachgehen
- Was arbeitest du, was sind deine Tätigkeiten?
-

ALLGEMEINZUSTAND

- Ich fühle mich sehr gut
- Ich fühle mich gut
- Ich fühle mich ok
- 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. Bewegung, Freizeit, Sport)

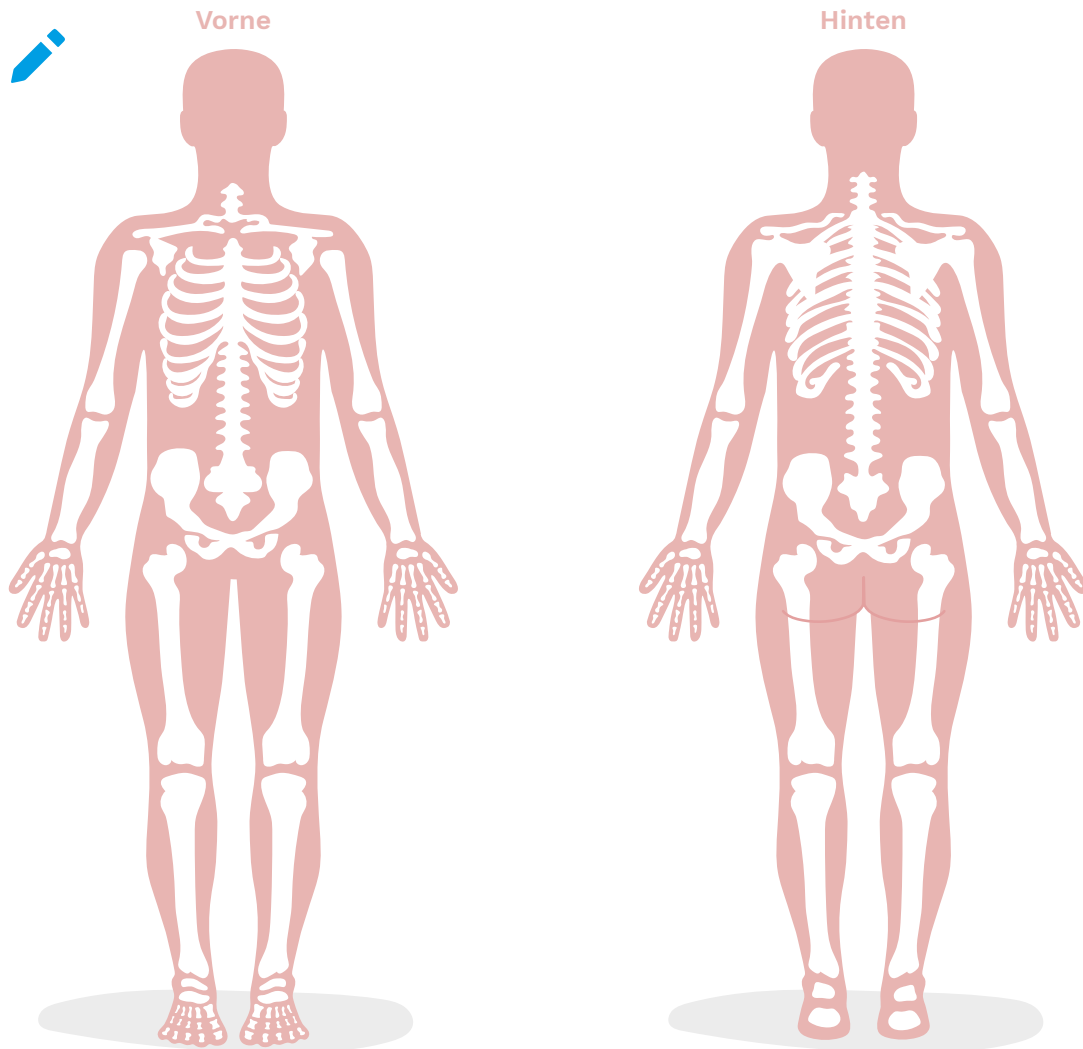
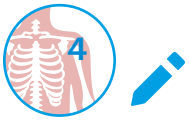
- Ich kann meinen Aktivitäten uneingeschränkt nachgehen
 - Ich kann meinen Aktivitäten nur eingeschränkt nachgehen
 - Ich kann meinen Aktivitäten gar nicht nachgehen
- Welchen Aktivitäten gehst du nach?
-

THERAPIEVERLAUF

- Besser
- Schlechter
- Gleich geblieben
- Besondere Vorkommnisse

WO TUT ES WEH?

Um ein genaueres Bild deiner Beschwerden zu bekommen, markiere auf der Abbildung bitte deine jeweiligen Schmerzpunkte mit einer Zahl von 1–10 für die Schmerzintensität (1 kaum Schmerzen bis 10 sehr starke Schmerzen)



STEIFIGKEIT / MÜDIGKEIT

Steifigkeit und Müdigkeit sind typische Symptome bei Morbus Bechterew. Gib auf den entsprechenden Skalen bitte kurz deine Einschätzung dazu ab. (1 nicht vorhanden bis 10 äußerst schwerwiegend)

Steifigkeit im Rücken nach dem Aufstehen 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Wie lange hält die morgendliche Steifigkeit bei dir 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 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Gibt es noch etwas, das du deinen Arzt fragen möchtest?
