

SCHMERZ TAGEBUCH

Zur Unterstützung der Therapie
bei chronischen Schmerzen



Schmerztagebuch

Name, Vorname

Straße

Postleitzahl, Ort

Telefon

Behandelnder Arzt

Liebe Patientin, lieber Patient,

das Schmerztagebuch unterstützt Sie und Ihren Arzt dabei, Entwicklung und Verlauf Ihres Schmerzes über einen längeren Zeitraum zu überwachen und zu dokumentieren. Es trägt dazu bei, die Therapie gezielt zu steuern.

Mit dem Schmerztagebuch helfen Sie Ihrem Arzt, die individuelle Situation und Dosisanpassungen für Ihr Leiden zu treffen.

Bitte führen Sie Ihr Schmerztagebuch täglich und legen Sie es bei jedem Arztbesuch vor. Halten Sie die Therapie-Empfehlungen Ihres Arztes genau ein. Verändern Sie auf keinen Fall die Dosierung, und nehmen Sie keine zusätzlichen Medikamente, wenn Sie dies nicht mit Ihrem Arzt besprochen haben.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung und hoffen auf eine erfolgreiche Behandlung Ihrer Schmerzen.

Alles Gute

Ihre STADApHarm

PS: Unsere Patienten-Ratgeber zum Thema Schmerz geben hilfreiche Informationen und Empfehlungen im Umgang mit chronischen Schmerzen. Unter www.stada.de/patientenratgeber/schmerz können Sie die Patienten-Ratgeber Schmerz kostenlos als PDF herunterladen.

Tag	Montag				Dienstag				Mittwoch			
Datum												
Medikamente												
Tageszeit	morgens	mittags	abends	nachts	morgens	mittags	abends	nachts	morgens	mittags	abends	nachts
Schmerzfrei	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
Stärkste Schmerzen	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Schlaf												
Stuhlgang												
Stimmung												
Bemerkung												

So führen Sie Ihr Schmerztagebuch richtig:

Tragen Sie bitte täglich das Datum ein.

Hier tragen Sie bitte alle Schmerzmittel und gegebenenfalls andere Arzneimittel ein, die Sie an diesem Tag einnehmen.

Die Schmerzskala (0 > 10) hilft Ihnen, die Stärke Ihrer Schmerzen zu erfassen.

0 = keine Schmerzen
 5 = starke Schmerzen
 10 = stärkste Schmerzen

Kreuzen Sie bitte an, wie stark die Schmerzen sind.

Kreuzen Sie bitte an, wie Sie geschlafen haben, ob Sie Probleme mit dem Stuhlgang haben und wie Ihr Allgemeinbefinden ist.

= gut = normal = schlecht

Hier notieren Sie Anmerkungen, die Sie für wichtig halten. Zum Beispiel zusätzliche Beschwerden wie Übelkeit, neue Schmerzen oder besondere Vorkommnisse, die sich auf Ihr Befinden ausgewirkt haben.

Neue Wege gehen!

STADA geht in der Schmerzbekämpfung neue Wege in seinen Informationsmaterialien.

Unter www.stada.de/schmerz finden Sie unsere ausführliche Broschüre als Online-Blätterkatalog mit vielen Animationen, Videos von Betroffenen und vielen Links zu weiteren und empfehlenswerten Seiten.



STADApHarm GmbH

Stadastraße 2–18

61118 Bad Vilbel

Telefon: 06101 603-100

Telefax: 06101 603-132

www.stada.de