

Symptomtagebuch für _____ (Name)

Woche vom _____ bis _____		Betroffene Gelenke/Region	Schmerz (Skala 0-10) 0 = keine ; 10 = sehr stark	Steifigkeit (Dauer in Min.)	Medikation und Sonstiges
Mo	Morgens				
	Mittags				
	Abends				
	Nachts				
Di	Morgens				
	Mittags				
	Abends				
	Nachts				
Mi	Morgens				
	Mittags				
	Abends				
	Nachts				
Do	Morgens				
	Mittags				
	Abends				
	Nachts				
Fr	Morgens				
	Mittags				
	Abends				
	Nachts				
Sa	Morgens				
	Mittags				
	Abends				
	Nachts				
So	Morgens				
	Mittags				
	Abends				
	Nachts				

Das Führen eines Symptomtagebuches kann bei einem Arztbesuch weiterhelfen - gerade dann, wenn sie beispielsweise in der Untersuchungssituation oft sehr aufgeregt sind, oder wenn mal wieder alles schnell geht.