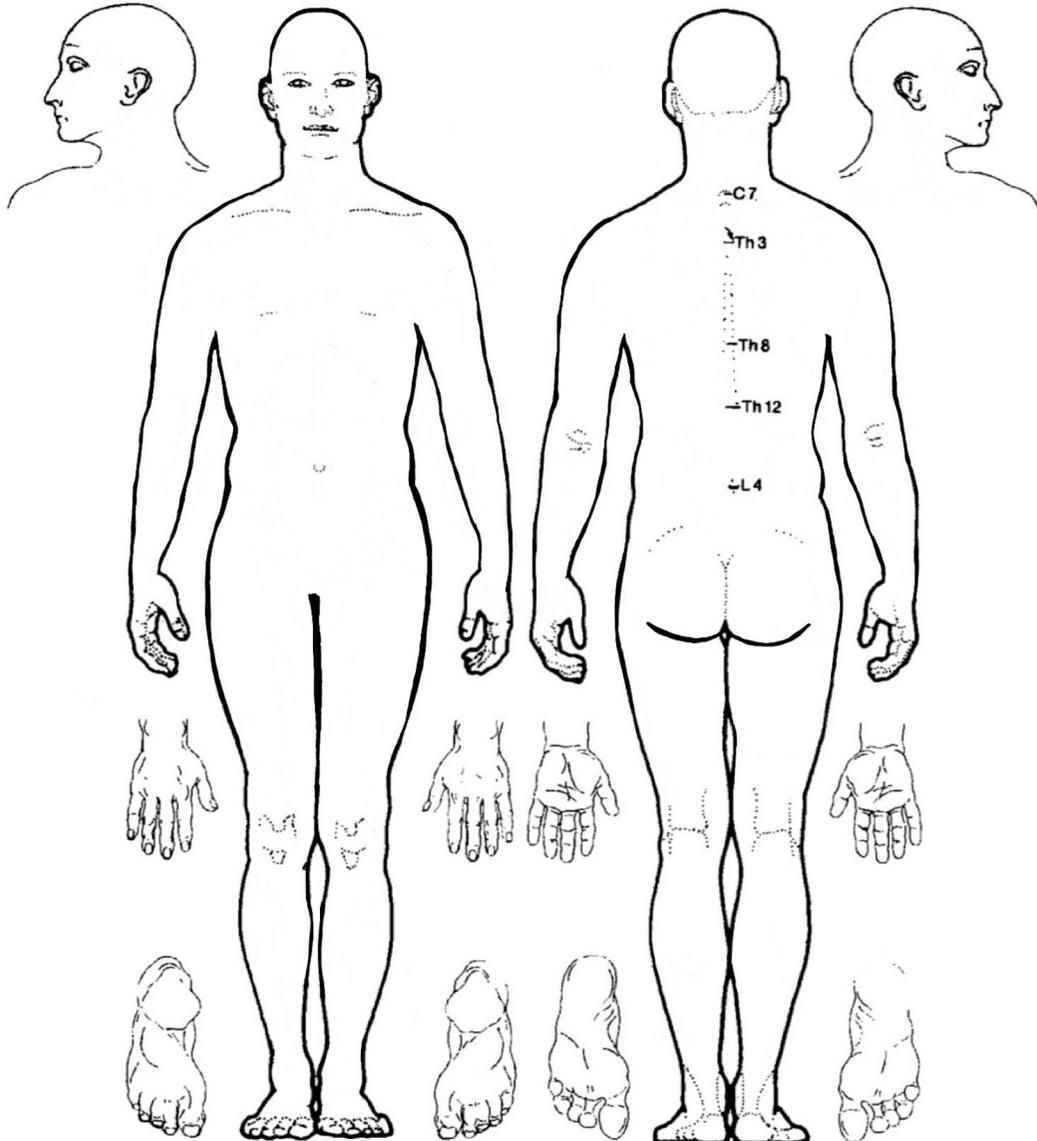




MACHEN SIE IHRE SCHMERZEN SICHTBAR!

Bitte zeichnen Sie in der folgenden Darstellung ALLE Ihre Schmerzen ein und nummerieren Sie unterschiedliche Schmerzen mit Zahlen. Sie können beim Zeichnen mit unterschiedlichen Farben, Formen und Symbolen arbeiten.



Falls Sie eine **genauere Anleitung** oder **Inspiration** benötigen, finden Sie auf www.schmerzlinks.at einige Beispiele von Patient*innen, die Ihnen beim Ausfüllen behilflich sein könnten.

Bitte beschreiben Sie in der folgenden Tabelle WIE sich Ihre Schmerzen an der jeweiligen Körperstelle anfühlen:

SCHMERZ Nummer	BESCHREIBUNG DES SCHMERZES	AUSLÖSER

PLATZ FÜR ANMERKUNGEN



TAG	SCHMERZSTÄRKE	ZEIT	AKTIVITÄT	MAßNAHMEN ZUR LINDERUNG
MO	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Vormittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Mittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nachmittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Abend		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nacht		
DI	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Vormittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Mittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nachmittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Abend		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nacht		
MI	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Vormittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Mittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nachmittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Abend		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nacht		
DO	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Vormittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Mittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nachmittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Abend		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nacht		
FR	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Vormittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Mittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nachmittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Abend		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nacht		
SA	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Vormittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Mittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nachmittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Abend		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nacht		
SO	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Vormittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Mittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nachmittag		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Abend		
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Nacht		

SCHMERZMEDIKAMENTE

Notieren Sie hier bitte nur jene Medikamente, die Sie (in der Früh, Mittags, Abends, Nachts oder bei Bedarf) gegen Schmerzen einnehmen:

Früh:

Mittag:

Abend:

Nacht:

bei Bedarf:

BESONDERE VORKOMMNISSE