SCHMERZ+ PALLIATIVZENTRUM HAMBURG

Schmerz-Kalender Monat 201

Wochentag	Tag			Uhrzeit / Dauer der Schmerzen 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	Schmerzstärke 0-10	Stuhlgang	Übelkeit	Schwindel	Müdigkeit	andere	Auslöser/Verstärker
	1										
	2										
	3										
	4										
	5										
	6										
	7										
	8										
	9										
	10										
	11										
	12										
	13										
	14										
	15										
	16										
	17										
	18										
	19										
	20										
	21										
	22										
	23										
	24										
	25										
	26										
	27										
	28										
	29										
	30										
	31										

Dauer der Schmerzen markieren: ———— —— — –

Medikamenteneinnahme markieren: 1= 2 = 3 = P= Pflaster

Auslöser eintragen, z.B. körperliche Anstrengung, Wetteränderung, Entspannung, Streß, Ärger, Freude

Behandlungen: T = TENS, G = eigene Gymnastik, KG =Krankengymnastik, E = Entspannung, A = Arztbesuch

Dauermedikamente:

Name:

© SPZ-HH Oktober 2010