

RÜCKEN	Symmetrisch	Brennen	Ziehen	Pochen	Konstant	Bei Belastung	Schmerzen 1-5 1 = kaum 2 = wenig 3 = mässig 4 = deutlich 5 = heftig
„coat hanger pain“							
Hals Rückseite							
Hals WS							
Brust WS							
Lenden WS							
Nieren/Flanken							

WIE SEHR DIE BESCHWERDEN BEHINDERN?	Aktivität 1-5 1 = kein Aktivität 2 = nur im Sitzen 3 = gemässigte Aktivität 4 = vorsichtige Aktivität 5 = gewohnte Aktivität unter intensive Beobachtung
Beine	
Arme	
Rücken	
Blutdruck zu niedrig/zu hoch	
Schwindel zusätzlich zu Gleichgewichtsproblemen	

ANDERE BESCHWERDEN DIE BEEINFLUSSEN?	Aktivität 1-5 1 = kaum bemerkbar 2 = wenig bemerkbar 3 = spürbar 4 = Permanent 5 = heftig
Steife Arme	
Steife Beine	
Steife Rücken	
Reflux, Magensäure	
Atmung, Kurzatmigkeit	
Verdauung, Verstopfung, Durchfall, Bauchweh	
Schlechter, unruhiger Schlaf, Restless Legs Syndrom	
Schlechte Energie, Kraftlosigkeit	
Kopfweh	
Übelkeit	
Zittern Gliedmassen	
Zittern innerlich	

Guter Tag / Schlechter Tag

Morgens	Mittags	Abends
 	 	 