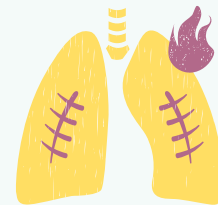


Systemische Sklerose und Lungenfibrose

Mein Symptomtagebuch Lungenfibrose erkennen

Das Tagebuch kann Ihnen dabei helfen, Anzeichen für eine Lungenfibrose im Rahmen einer systemischen Sklerose zu erkennen. Notieren Sie jede Woche am gleichen Wochentag, ob bei Ihnen Atemnot, Husten oder starke Müdigkeit aufgetreten sind. Diese Beschwerden können auf Lungenfibrose hinweisen. So können Sie selbst unabhängig von ärztlichen Untersuchungen feststellen, wie sich Ihre Beschwerden entwickeln. Wenn sich Ihre Beschwerden verschlimmern, sollten Sie frühzeitig Ihre BehandlerInnen aufsuchen.

Wie funktioniert ein Symptomtagebuch?



1. Tragen Sie das Datum in Ihr Tagebuch ein.
2. Überlegen Sie an diesem Tag: Hatte ich trockenen Husten?
Habe ich mich müde gefühlt? War ich außer Atem?
3. Bewerten Sie die aufgetretenen Beschwerden auf einer Skala von 0 bis 3:
 - 0: Keine Beschwerden, keine Einschränkung meines Alltags
 - 1: Leichte Beschwerden, vor allem bei Anstrengung (z.B. beim Sport, beim Treppensteigen)
 - 2: Mittlere Beschwerden, auch bei leichter Anstrengung (z.B. im Haushalt, beim Gehen)
 - 3: Starke Beschwerden, auch in Ruhe (Sitzen, Liegen)
4. Halten Sie auch sonstige Situationen, die einen Einfluss haben könnten, wie z.B. Sport, eine Zigarette, allergische Beschwerden z.B. bei einer Pollenallergie oder vermehrten Stress, in Ihrem Tagebuch fest. Wenn Sie rauchen, geben Sie die Anzahl der Zigaretten an.
5. Bringen Sie das ausgefüllte Tagebuch zum Termin mit und besprechen Sie es mit Ihren ÄrztInnen. Sollte der Verdacht auf eine Lungenfibrose bestehen, können weitere Untersuchungen und wenn nötig eine Behandlung veranlasst werden.

Mein Symptomtagebuch

Datum	Ich fühle mich außer Atem.	Ich habe trockenen Husten.	Ich bin erschöpfter als sonst.	Besondere Umstände an diesem Tag z.B. körperliche Anstrengung, Stress, Rauchen, Allergie
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	
— — —	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 0 <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3	