

Allergisches Asthma

Symptomtagebuch bei Allergischem Asthma

Für das Arztgespräch kann es hilfreich sein, dass Sie sich im Vorhinein Gedanken zu Ihren Beschwerden machen. Ein Symptomtagebuch kann dabei helfen, mögliche Allergene zu erkennen.

Wie funktioniert ein Symptomtagebuch?



Auf der nächsten Seite finden Sie eine leere Vorlage. Diese können Sie ausdrucken und ausfüllen. Dabei sollten Sie Folgendes beachten:

Datum

- Bitte notieren Sie das Datum des Tages, an dem Sie Symptome verspürt haben.
- Sollten Sie öfter Symptome verspüren, können Sie auch die Uhrzeit notieren.

Symptome

- Haben Sie die Lunge betreffende Symptome wie Husten/Atemnot/Schleimbildung?
- Haben Sie Symptome in den Augen/Nase/auf der Haut?
- Wie lange haben die Symptome angedauert?

Situation

- Was haben Sie gemacht, als Sie die Asthma Symptome bemerkt haben (Sport, Essen, Sitzen, Spazieren, Kochen, ...)?
- Was haben Sie gegessen/getrunken?
- Haben Sie Kosmetika, Parfüm o.ä. aufgetragen?
- War es heiß/kalt?

Ort

- Wo waren Sie als die Symptome auftraten?
- Was war in der Nähe? (Gräser, Tiere, ...)

Maßnahmen

- Was haben Sie getan, um die Symptome zu mildern?
- Haben Sie z.B. ein Medikament genommen?

