

# ***Beschwerden des Bewegungsapparats***

Copyright 2015 Kai Kröger • 24361 Groß Wittensee

*Name/Datum* .....

Zur Ermittlung Ihrer Arznei ist es erforderlich, jede *Veränderung Ihres Befindens*, die Sie im Zusammenhang mit Ihrer *gegenwärtigen Erkrankung* beobachtet haben, zu vermerken. Schreiben Sie hier zunächst bitte das Auffälligste auf. Dies gehört zu Ihrer Hauptsymptomatik.

## **Hauptsymptome**

Hier eine Hilfe für Sie: Treten z.B. Ihre Schmerzen in der rechten Schulter nach Heben des Arms/ nach Tragen schwerer Gegenstände auf – oder Ihre Rückenschmerzen: nach Aufrichten aus gebückter Haltung / mit Ausstrahlung in ein Bein / mit Ruhelosigkeit in der Nacht usw. Sind die Schmerzen stechend, reißend, zeihend, brennend, wie zerbrochen usw.? Lindert Wärme oder Kälte die Schmerzen deutlich?

*Unterstreichen Sie bitte im folgenden, welche Modalitäten und Symptome auf Ihre Beschwerde zutreffen.*

## **Witterungs- und Temperatureinflüsse**

Das Drehen leidender Körperteile verschlimmert/ bessert?  
Heben der betroffenen Gliedmaßen verschlimmert/ bessert?  
Heranziehen leidender Gliedmaßen an den Rumpf verschlimmert/ bessert?  
Ausstrecken der Gliedmaße verschlimmert/ bessert  
Gehen verschlimmert/ bessert  
Gehen im Freien verschlimmert/ bessert  
Laufen verschlimmert/ bessert  
Auftreten: hartes Auftreten verschlimmert/ bessert  
Anstrengung: körperliche Anstrengung verschlimmert/ bessert  
Aufwärtsgehen, Treppensteigen verschlimmert/ bessert  
Abwärtsgehen, Treppabgehen verschlimmert/ bessert  
Ruhe verschlimmert/ bessert  
Bücken verschlimmert/ bessert  
Beim Aufrichten werden die Beschwerden schlimmer/ besser  
Beim/ nach Hinsetzen werden die Beschwerden schlimmer/ besser  
Beim/ nach Aufstehen vom Sitzen werden die Beschwerden schlimmer/ besser  
Bewegung: zu Beginn der Bewegung werden die Beschwerden schlimmer  
Nach Bewegung werden die Beschwerden schlimmer  
Bewegung der Arme verschlimmert  
Bewegung des Kopfes verschlimmert

Heben des Armes verschlimmert  
Bewegung: fortgesetzte Bewegung verschlimmert/ bessert  
Im Freien werden die Beschwerden schlimmer/ besser  
Verlangen nach frischer Luft/ Abneigung gegen frische Luft  
Wetter: kaltes/ feucht-kaltes Wetter verschlimmert/ bessert  
Wetter: feuchtes Wetter verschlimmert/ bessert  
Wetter: trockenes Wetter verschlimmert/ bessert  
Kälte verschlimmert/ bessert  
Kaltwerden verschlimmert/ bessert  
Wärme verschlimmert/ bessert  
Warmes Einhüllen verschlimmert/ bessert  
Entblößen verschlimmert/ bessert  
Zimmerwärme verschlimmert/ bessert  
Warmwerden im Bett verschlimmert/ bessert  
Ist es bei/ nach Schwitzen schlechter/ besser?  
Hitze/ Schweiß mit Neigung zu Entblößung  
Hitze/ Schweiß mit Abneigung gegen Entblößung  
Umschläge: nasse Umschläge verschlimmern/ bessern  
Nasswerden/ Durchnässung verschlimmert  
Wind/ Zugluft verschlimmert

### **Aktivität / Stillhalten**

Verlangen nach Bewegung/Abneigung gegen Bewegung?  
Bewegung verschlimmert/ bessert  
Fortgesetzte Bewegung verschlimmert/ bessert  
Bewegung leidender Teile verschlimmert/ bessert  
Drehen leidender Teile verschlimmert/ bessert  
Heben der betroffenen Gliedmaßen verschlimmert/ bessert  
Heranziehen der betroffenen Gliedmaßen an den Leib verschlimmert/ bessert  
Ausstrecken der betroffenen Gliedmaßen verschlimmert/ bessert  
Gehen verschlimmert/ bessert  
Gehen im Freien verschlimmert/ bessert  
Laufen verschlimmert/ bessert  
Auftreten: hartes Auftreten verschlimmert/ bessert  
Anstrengung: körperliche Anstrengung verschlimmert/ bessert  
Treppensteigen, Aufwärtsgehen verschlimmert/ bessert  
Treppabgehen, Abwärtsgehen verschlimmert/ bessert  
Ruhe verschlimmert/ bessert  
Bücken verschlimmert/ bessert  
Beim Aufrichten geht es schlechter/ besser  
Beim/ nach Hinsetzen verschlimmert/gebessert  
Beim/Nach Aufstehen vom Sitzen geht es schlechter/ besser  
Bewegung: zu Beginn der Bewegung verschlimmern sich die Beschwerden  
Nach Bewegung verschlimmern sich die Beschwerden

Bewegung der Arme verschlimmert  
Bewegung des Kopfes verschlimmert  
Heben des Armes verschlimmert

### **Psyche**

Gereiztheit/ Sanftheit (ungewöhnlich) bei den Beschwerden  
Traurigkeit/ Fröhlichkeit (ungewöhnlich) bei den Beschwerden  
Alleinsein verschlimmert/ bessert die Beschwerden

### **Schlafen und Ausruhen**

Nach dem Hinlegen verschlimmern/ bessern sich die Beschwerden  
Beim Einschlafen verschlimmern/ bessern sich die Beschwerden  
Während des Schlafs verschlimmern/ bessern sich die Beschwerden  
Beim Erwachen verschlimmern/ bessern sich die Beschwerden  
Beim/ nach Aufstehen aus dem Bett verschlimmern/ bessern sich die Beschwerden

### **Verletzungen**

Verletzung allgemein  
Mit Bluterguss  
Quetschungen/ Prellungen  
Splitterverletzungen  
Weichteilverletzungen  
Drüsenverletzungen  
Knochenverletzungen Knochenbrüche, langsame Heilung  
Verrenkungen, Zerrung der Sehnen und Bänder

### **Schmerzempfindungen / Missempfindungen**

Berührung verschlimmert/ bessert  
Druck, äußerer, verschlimmert/ bessert  
Reiben verschlimmert/ bessert  
Niesen verschlimmert/ bessert  
Drückender Schmerz geht von außen hinein/ von innen heraus  
Stechender Schmerz geht von außen hinein/ von innen heraus  
Stechender Schmerz verläuft hinauf/ herunter

### **Hauptsächlich welche Seite ist betroffen?**

Seite links/ rechts  
Äußerer Hals links/ rechts  
Rücken links/ rechts  
Arm links/ rechts  
Leiste links/ rechts  
Bein links/ rechts