

Symptomtagebuch



Bitte geben Sie in der ersten Spalte an, ob es sich um ein neues, erst seit der Erkrankung beobachtetes Symptom oder um ein altes Symptom handelt, das Sie bereits vor COVID-19 hatten.

Bewerten Sie in den folgenden Spalten jedes Symptom auf einer Skala von 0 bis 3 (0 nicht vorhanden, 1 geringfügige oder mild ausgeprägte Beschwerden, 2 mäßige Beschwerden, 3 stark ausgeprägte oder

lebensbeeinträchtigende Beschwerden).

Tragen Sie Ihre Werte einmal wöchentlich ein, um festzustellen, ob sich Ihre Symptome verbessern oder verschlechtern (Rückfall).

Symptome	Neues Symptom	Datum	Datum	Datum	Datum	Datum	Datum
	Ja/Nein	Wert 0-3					
Geraten Sie beim Treppensteigen oder Anziehen außer Atem ?							
Treten bei Ihnen Husten/Halskratzen/Stimmveränderungen auf?							
Nehmen Sie eine Veränderung des Geruchs- oder Geschmackssinns wahr?							
Haben Sie Schwierigkeiten beim Schlucken von Flüssigkeiten oder fester Nahrung?							
Fühlen Sie sich tagsüber müde (erschöpft) ?							
Verschlimmern sich Ihre Symptome 6 bis 24 Stunden nach körperlicher oder geistiger Anstrengung?							
Haben Sie Schmerzen (Gelenk-/Muskel-/Kopf-/Bauchschmerzen)?							
Bekommen Sie bei Bewegung oder körperlicher Betätigung Palpitationen (Herzklopfen)?							
Wird Ihnen bei Bewegung oder körperlicher Betätigung schwindlig ?							
Haben Sie Schlafstörungen ?							
Haben Sie Kognitionsstörungen (Beeinträchtigungen von Gedächtnis/Konzentrationsvermögen/ Handlungsplanung)?							
Haben Sie Angstgefühle ?							
Fühlen Sie sich niedergeschlagen oder deprimiert ?							
Haben Sie Probleme mit der Kommunikation (damit, die richtigen Worte zu finden)?							
Ist Ihre Mobilität (Fähigkeit zur Fortbewegung) beeinträchtigt?							
Haben Sie Probleme bei der Körperpflege , z. B. beim Baden oder Anziehen?							
Fällt es Ihnen schwer, andere tägliche Aktivitäten wie Hausarbeit oder Einkaufen auszuführen?							
Haben Sie Probleme bei der Betreuung von Familienmitgliedern oder bei der Interaktion mit Freunden ?							
Andere Symptome (bitte einfügen) -							
Andere Symptome (bitte einfügen) -							