Fibromyalgie Verein Bayern e. V.
c/o Claudia Dexl
Esebeckstr. 17, 80637 München
☎ (089) 14 90 36 62
🖷 (089) 14 90 36 63
E-Mail: info@fibromyalgie-bayern.de
Homepage: www.fibromyalgie-bayern.de

Fragebogen

zur Abklärung eines Fibromyalgiesyndroms

„Selbsthilfe der kurzen Wege“

PD Dr. Dr. Eckart Friedel hat für den Fibromyalgie Verein Bayern e. V. diesen Fragebogen zusammengestellt, um Betroffenen Hilfestellung zur Diagnosefindung zu geben.
Füllen Sie diesen Fragebogen in Ruhe aus und gehen damit zu Ihrem Arzt.

Fragebogen zur Abklärung von Schmerzen

Datum	*Name*	*Vorname*	*Geboren*	*Wohnort, Straße, Nr.*

Wie schätzen Sie im Augenblick Ihre Schmerzen ein?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Kein Maximal

Wie stark war der stärkste Schmerz in den letzten 4 Wochen?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Kein Maximal

Wie war die durchschnittliche Schmerzstärke in den letzten 4 Wochen?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Kein Maximal

Leiden Sie unter einem Brenngefühl wie Brennnesseln?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Kein Maximal

Haben Sie Schmerzen mir einem Kribbel- und Prickelgefühl?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Kein Maximal

Haben Sie blitzartige- und elektrisierende Schmerzattacken?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Kein Maximal

Ist Kälte oder Wärme schmerzverstärkend?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Kein Maximal

Leiden Sie unter Taubheitsgefühlen?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Kein Maximal

Ist eine leichte Berührung oder ein leichter Druck bereits schmerzhaft?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Kein Maximal

Schmerzverlauf

Haben Sie Dauerschmerzen mit leichten Schwankungen, Dauerschmerzen mit Schmerzattacken, Schmerzattacken, dazwischen schmerzfrei ?

Schmerzverlauf	Dauerschmerzen mit leichten Schwankungen		Dauerschmerzen mit Schmerzattacken		Schmerzattacken, dazwischen schmerzfrei	
	Ja	nein	Ja	nein	Ja	nein

(Bitte Zutreffende ankreuzen(

PD. Dr. Dr. Eckart Friedel, 2017, modifiziert nach pain DETECT

Fragebogen zur Abklärung eines Fibromyalgie-Syndroms

Symptom	***Beginn***	***Stärke***		***Besserung z.B***			***Therapien (Welche)***	
	(Monat/Jahr)	***Leicht***	***Stark***	***Kälte***	***Wärme***	***Andere***	***Medikamente (Welche)***	***Physiotherapie (Welche)***
Muskelschmerzen								
Gelenkschmerzen								
Rückenschmerzen								
Kopfschmerzen								
Migräne								
Schlafstörungen								
Unerholsamer Schlaf								
Wetterfühligkeit								
Muskelkrämpfe								
Müdigkeit								
Erschöpfung								
Ängste								
Depressionen								
Vergesslichkeit								
Schwindelgefühle								
Antriebslosigkeit								
Reizbarkeit								
Stressintoleranz								
Brennen der Haut								
Trockene Schleimhäute								
Reizdarm								
Reizblase								
Ohrgeräusche								
Empfindlichkeit auf Licht- Gerüche und Geräusche								
Unverträglichkeiten								
Allergien								

Bereits diagnostizierte Erkrankungen

Erkrankung	***Seit wann***	***Therapie***	***Medikament***	***Besserung***	***Verschlechterung***

Ergänzungen/Bemerkungen

.....

.....

.....

Fibromyalgie ist eine Erkrankung von der ca. 2% der deutschen Bevölkerung betroffen sind. Im Umgang mit medizinischen, rechtlichen und öffentlichen Einrichtungen zielorientiert aufzutreten, bedarf es der permanenten Aufklärung zu diesem Krankheitsbild. Das Patientenrechtegesetz stärkt zusätzlich die Position der Patienten.

Der Fibromyalgie Verein Bayern e.V. wurde am 10.3.2017 gegründet um Betroffenen kurze Wege zu regionalen Ärzten, Therapeuten, Heilpraktikern und Informationsveranstaltungen zu ermöglichen. Dieser Verein hat ein Netzwerk zu Entscheidungsträgern aus der Medizin, Politik und öffentlichen Einrichtungen aufgebaut um betroffene Erkrankte über dieses Krankheitsbild zu informieren. Der Verein wird Selbsthilfegruppen beim Aufbau unterstützen und diese mit aktuellen Informationen versorgen. In Veranstaltungen des Vereins werden Kongresse, Patientenschulungen und Mitgliedertreffen organisiert. Durch Erfahrungsaustausch in den Selbsthilfegruppen und Informationsveranstaltungen des Vereins können Themen identifiziert werden, die in Projektgruppen über den Vorstand ausgearbeitet werden können. Um medizinische Erkenntnisse und Veränderungen der rechtlichen Rahmenbedingungen für dieses Krankheitsbild rechtzeitig zu erfahren, hat der Verein einen wissenschaftlichen Beirat gegründet, der uns fachlich unterstützt. In regelmäßigen Treffen finden zwischen Vorstand und Beirat Abstimmgespräche statt, um Erfahrungen und Neuerungen auszutauschen.

Unsere Gruppensprecher/Innen der Selbsthilfegruppen in Bayern sind Ihnen Ansprechpartner und Unterstützer im Umgang mit Ihrer Erkrankung. Sie können Patienten nach Diagnosestellung oder Klinikaufenthalten auffangen. Über die Selbsthilfegruppen, den Vorstand, die Projektgruppen und den Beirat wollen wir gemeinsame Ziele für eine verbesserte Versorgung der Betroffenen erreichen. Die Selbsthilfegruppen verhindern den Fall in die soziale Isolation und stärken das Selbstwertgefühl und das Selbstbewusstsein. Wir wollen diesen Menschen mit dieser neuen Lebenssituation eine neue Orientierung geben, um die Lebensqualität im Alltag wieder verbessern.

Für unsere Gruppensprecher/Innen führen wir entsprechende Schulungen durch und begleiten sie bei ihrer Arbeit in den Selbsthilfegruppen.

Der persönliche Kontakt und Austausch mit unseren Mitgliedern ist die Basis für Verbesserungen im Umgang mit diesem Krankheitsbild.

Der Verein möchte Erfahrungen der betroffenen Erkrankten mit Neuerungen aus Medizin und Gesetz verbinden, um Entscheidungsträgern Empfehlungen vorzuschlagen und Mitgliedern bestmögliche Informationen bereitzustellen.

Spenden nimmt unser Verein gerne entgehen unter Bankverbindung

Stadtsparkasse München
IBAN: DE84 7015 0000 1004 7404 68
BIC: SSKMDEMM