1. Patienteninformationen

Name: [Patientenname]

Geburtsdatum: [Datum]

1. Übersicht

Hauptdiagnose: [z. B. ME/CFS, POTS, usw.]

Datum des Krankheitsbeginns: [Monat/Jahr]

Hauptsymptome: [Kurze Beschreibung der wichtigsten Symptome]

1. Chronologischer Verlauf der Erkrankung

Dokumentiere den zeitlichen Verlauf der Symptome und der Krankenhausaufenthalte. Gib an, ob die Symptome fortbestehen, sich bessern oder verschwinden, und vermerke alle probierten Maßnahmen oder Behandlungen.

**Symptombeginn**

* Datum: [Monat/Jahr oder genaues Datum]
  + Symptome: [Beschreiben die Symptome am Anfang]
  + Ergriffene Maßnahmen: [Was wurde zunächst unternommen, z. B. Ruhe, Medikamente, Arztbesuch]

Veränderte oder neu aufgetretene Symptome (Chronologisch)

Gib für jedes neue Symptom oder jede Veränderung das Datum und die Einzelheiten an sowie die Angabe, ob das Symptom fortbesteht, sich gebessert hat oder verschwunden ist

* **Datum: [Monat/Jahr]**
  + **Neues oder verändertes Symptom:**

[Beschreibe das Symptome und den Schweregrad]

* + **Status des Symptoms:** [Immer noch vorhanden, gebessert oder behoben]
  + **Intervention:** [Jede Behandlung oder Maßnahme, die ergriffen wurde]
* **Datum: [Monat/Jahr]**
  + **Neues oder verändertes Symptom:**
  + **Status des Symptoms:**
  + **Intervention:**

*(Wiederhole für jede Symptomveränderung)*

*\*Konzentriere dich auf die deutlichsten und unangenehmsten Symptome. Wenn mehrere Symptome zugleich aufgetreten sind, kannst du sie gruppieren und unter dem selben Datum aufführen.*

Krankenhausbesuche und medizinische Interventionen (Chronologisch)

Gib für jeden Krankenhausaufenthalt das Datum, den Grund und alle wichtigen Behandlungen oder durchgeführten Tests an

* **Datum: [Monat/Jahr]**
* **Grund für den Krankenhausaufenthalt:**

[Kurze Beschreibung des Grundes]

* **Durchgeführte Tests oder Verfahren:**

[Nenne die wichtigsten durchgeführten Tests oder Untersuchungen]

* **Behandlung oder Intervention:**

[Beschreibe kurz alle durchgeführten Behandlungen]

* **Ergebnis:**

[Gib an, ob sich der Zustand verbessert, verschlechtert oder gleich geblieben ist]

* **Datum: [Monat/Jahr]**
* **Grund für den Krankenhausaufenthalt:**
* **Durchgeführte Tests oder Verfahren:**
* **Behandlung oder Intervention:**
* **Ergebnis:**

*(Wiederhole für jeden zusätzlichen Krankenhausaufenthalt)*

1. Hauptsymptome (Aktuell)

Das sind Beispielsymptome. Ersetze sie durch deine eigenen Symptome

**Symptome (Beispiele)**

* Anhaltende Übelkeit
* Stechende oder chronische Kopfschmerzen
* Schwere Erschöpfung
* Magen-Darm-Probleme wie Bauchkrämpfe und Verstopfung
* Schwindel
* Licht- und Lärmempfindlichkeit

**Trigger (falls vorhanden, Beispiele)**

* Stehen oder Positionswechsel
* Laute Geräusche, helles Licht
* Grippe oder virale Infektionen

*Ersetze die obigen Beispiele mit deinen eigenen Symptomen und Trigger*

1. Testergebnisse

Dies sind nur Beispiele. Ersetze sie durch deine eigenen Ergebnisse.

**Blutuntersuchungen (Beispiel):**

* Parvovirus B19 IgG: Positiv
* ANA: Positiv

**Herzfrequenz-Variabilität (Beispiel):**

* Abnormale parasympathische Reaktion im Stehen

**MRI (Beispiel):**

Normal

1. Behandlungen und Medikamente

Ersetze diese Beispiele durch deine eigenen Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel.

**Aktuelle Medikation**

* [Name des Medikaments]: [Dosierung] - [Zweck]

**Nahrungsergänzungsmittel**

* Melatonin: 20 mg vor dem Schlafengehen

*Ersetze dieses Beispiel*

**Frühere Medikamente (Inklusive Wirkung, falls vorhanden)**

* [Name des Medikaments]: Wirksam bei der Verringerung von Krampfanfällen
* [Name des Medikaments]: Nicht wirksam, abgesetzt

1. **Wichtige Komplikationen oder Nebenwirkungen**

Ersetze dieses Beispiel durch deine eigenen Komplikationen oder Nebenwirkungen.

[Name des Medikaments]**:** Depressive Verstimmungen (Beispiel)

1. Familienanamnese

Ersetze es durch deine aktuelle Familienanamnese

**Mütterlicherseits**

* Mutter: Fibromyalgie, Hashimoto-Syndrom
* Großvater: Bluthochdruck

**Väterlicherseits**

* Großmutter: Bluthochdruck

1. Behandelnde Ärzte

Ersetze die Angaben durch die Kontaktdaten deiner aktuellen Ärzte

Hausarzt/-ärztin: [Name, Kontaktinformationen]

Fachärzte: Liste der an der Behandlung beteiligten Fachärzte

***Anweisungen zur Verwendung dieser Vorlage***

***Ersetze Beispielsymptome, -tests, -medikamente und -behandlungen*** *durch deine eigenen medizinischen Informationen.*

*Stelle sicher, dass* ***jeder Abschnitt deine persönliche Krankengeschichte widerspiegelt****, um genaue, klare Zusammenfassungen zu erhalten.*

***Aktualisiere dieses Dokument regelmäßig****, wenn neue Symptome oder Behandlungen auftreten.*