

TAGEBUCH-ANLEITUNG

Das Ausfüllen des Tagebuchs braucht etwas Geduld, die Resultate machen diesen Aufwand jedoch mehr als wett. Da einige Beschwerden, vor allem Dyskinesien, in der Regel von den Angehörigen gut wahrgenommen werden, kann es sich lohnen, wenn sie Sie beim Ausfüllen des Tagebuchs unterstützen oder Ihnen in einer Blockadephase helfen. Je genauer Sie das Tagebuch ausfüllen, umso besser kann Ihr Arzt Ihre Symptome verstehen und umso wirkungsvoller kann er Ihre Medikation anpassen.

Tragen Sie im oberen Teil Ihre aktuelle Medikation ein. Schreiben Sie dazu in der **linken Spalte** die genaue Bezeichnung (Name) jedes Medikamentes auf und notieren Sie in der **rechten Spalte auf derselben Zeile** die Anzahl der Tabletten (½, 1, ...) unter der entsprechenden Einnahmezeit.

Parkinson-Tagebuch

Medikamente	Name														Vorname										
	6 ^h	7 ^h	8 ^h	9 ^h	10 ^h	11 ^h	12 ^h	13 ^h	14 ^h	15 ^h	16 ^h	17 ^h	18 ^h	19 ^h	20 ^h	21 ^h	22 ^h	23 ^h	24 ^h	1 ^h	2 ^h	3 ^h	4 ^h	5 ^h	
Präparat 1 (xx mg)							1				1 1/2														
Präparat 2 (xx mg)							1/2															1			

Tragen Sie im unteren Teil die Qualität der Beweglichkeit ein (z.B. blockiert, Dyskinesien, gut). Definieren Sie dafür im Voraus mit Ihrem Arzt die Beschwerden, die protokolliert werden sollen. Sie können auch individuelle Begriffe festlegen und codieren wie Tremor, Schwindel, Krampf. So kann Ihr Arzt das Aufkommen einer Nebenwirkung mit der Einnahme oder Dosierung eines bestimmten Medikamentes in Zusammenhang bringen.

Für die Beobachtung stehen Ihnen sieben Linien (eine für jeden Tag der Woche) mit den entsprechenden Uhrzeiten zur Verfügung. Tragen Sie hier **jeweils zur halben und zur vollen Stunde** ein, wie Sie sich zu dieser Zeit fühlen. Bitte berücksichtigen Sie dabei, dass die **Zeit des Auftretens** und die **Dauer der Beschwerden** wichtige Informationen für Ihren Arzt sind.

Datum	6 ^h	7 ^h	8 ^h	9 ^h	10 ^h	11 ^h	12 ^h	13 ^h	14 ^h	15 ^h	16 ^h	17 ^h	18 ^h	19 ^h	20 ^h	21 ^h	22 ^h	23 ^h	24 ^h	1 ^h	2 ^h	3 ^h	4 ^h	5 ^h
20.4.2018	o	o	o	o	o	o	o	x	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	x	o	o
21.4.2018	o	o	%	%	%	o	o	o	o	o	o	x	x	x	o	o	o	o	o	o	o	o	x	o
22.4.2018	o	o	o	o	o	x	x	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	o	x	x	o



PARKINSON-TAGEBUCH

Für die Optimierung der medikamentösen Therapie

Die Behandlung von Parkinson ist komplex und bedarf einer fortlaufenden, dem individuellen Verlauf entsprechenden Anpassung. Nach einigen Jahren guten Ansprechens auf die Medikamente treten oft Wirkungsschwankungen auf. Motorische Fluktuationen mit unwillkürlichen Bewegungen (Dyskinesien), abgelöst von Zeiten schlechterer Beweglichkeit (Off-Phase), können allmählich Ihren Tagesablauf beeinträchtigen.

In aller Regel können motorische Fluktuationen durch Optimierung der Dosis und/oder der Einnahmezeiten verbessert werden. Dafür ist der Arzt zwingend auf Ihre genauen Informationen angewiesen. Mithilfe des Parkinson-Tagebuchs halten Sie Ihr Befinden, Ihre Symptome und deren zeitliche Entwicklung während einer Woche schriftlich fest. Erfassen Sie auf dem Parkinson-Tagebuch die Qualität der Beweglichkeit, auftretende Dyskinesien und Krämpfe.

Mit dem Parkinson-Tagebuch geben Sie dem Arzt wertvolle Hinweise, die er zur Verbesserung Ihrer Therapie benötigt.

