

# Checkliste für akute Erkrankungen des Bewegungsapparates

Copyright 2011 Dr. med. Heiner Frei, CH-3177 Laupen

Damit eine homöopathische Arzneimittelbestimmung durchgeführt werden kann, müssen alle *Veränderungen* des Befindens, die im Laufe der *aktuellen Erkrankung* aufgetreten sind, *exakt* erfasst werden. Notieren Sie hier zunächst das, was Ihnen am meisten auffällt:

**Hauptsymptome** (z.B. Knieschmerzen links nach Anstrengungen, Schwellung, Kälteempfindlichkeit)

*Als nächstes notieren Sie bitte die zutreffenden Modalitäten und Symptome.*

## *Freie Luft/Wetter/Kälte/Einhüllen*

- Im Freien verschlimmert/besser
- Verlangen freie Luft/Abneigung
- Wetter kalt/feucht-kalt verschlim./bessert
- Wetter feucht verschlimmert/bessert
- Wetter trocken verschlimmert/bessert
- Kälte verschlimmert/bessert
- Kaltwerden verschlimmert/bessert
- Warmeinhüllen verschlimmert/bessert
- Zimmerwärme verschlimmert/bessert
- Warmwerden im Bett verschlimmert/bessert
- Beim/Nach Schwitzen verschlimmert/gebessert
- Umschläge, feuchte, verschlimmern/bessern

## *Position*

- Liegen verschlimmert/bessert
- Liegen auf Rücken verschlimmert/bessert
- Liegen auf Seite verschlimmert/bessert
- Liegen auf schmerzhaft Seite v./b.
- Lagewechsel verschlimmert/bessert
- Sitzen verschlimmert/bessert
- Sitzen krumm verschlimmert/bessert
- Stehen verschlimmert/bessert
- Hängenlassen der Gliedmassen v./b.
- Aufstützen der Gliedmassen v./b.
- Beim Anlehnen verschlimmert/gebessert
- Muskeln schlaff/straff

## *Bewegung/Ruhe*

- Verlangen Bewegung/Abneigung
- Bewegung verschlimmert/bessert
- Bewegung, fortgesetzte, verschlimmert/bessert
- Bewegung leidender Teile verschlimmert/b.
- Drehen leidender Teile verschlimmert/bessert
- Heben leidender Gliedmassen verschlim./b.
- Heranziehen leidender Gliedmassen v./b.
- Ausstrecken des Gliedes verschlimmert/bessert
- Gehen verschlimmert/bessert
- Gehen im Freien verschlimmert/bessert
- Laufen verschlimmert/bessert

- Auftreten hart verschlimmert/bessert
- Anstrengung körperlich verschlimmert/bessert
- Steigen hinauf verschlimmert/bessert
- Steigen hinunter verschlimmert/bessert
- Ruhe verschlimmert/bessert
- Bücken verschlimmert/bessert
- Beim Aufrichten verschlimmert/besser
- Beim/Nach Hinsetzen verschlimmert/gebessert
- Beim/Nach Aufstehen vom Sitz v./b.

## *Schlaf*

- Nach Hinlegen verschlimmert/gebessert
- Beim Einschlafen verschlimmert/gebessert
- Während Schlaf verschlimmert/gebessert
- Beim Erwachen verschlimmert/gebessert
- Beim/Nach Aufstehen vom Bett v./b

## *Seitenbeziehungen*

- Seite links/rechts
- Äusserer Hals links/rechts
- Rücken links/rechts
- Arm links/rechts
- Leiste links/rechts
- Bein links/rechts

## *Empfindungen*

- Berührung verschlimmert/bessert
- Druck, äusserer, verschlimmert/bessert
- Reiben verschlimmert/bessert
- Niesen verschlimmert/bessert

## *Gemütsveränderungen*

- Gereiztheit/Sanftheit (ungewöhnlich)
- Traurigkeit/Fröhlichkeit (ungewöhnlich)
- Alleinsein verschlimmert/bessert