

Phosphatdiabetes-Tagebuch





Name:

Aktuelle Medikation:

Allergien:



Liebe Eltern,

der Phosphatdiabetes ist eine Erkrankung mit vielen Facetten. Gerade bei Kindern ist es oft schwer einzuschätzen, welche Faktoren Einfluss auf das aktuelle Befinden des Kindes haben. Dieses Tagebuch kann helfen, die Dynamik der Erkrankung Ihres Kindes besser zu verstehen, Zusammenhänge zu erkennen und als Basis für den nächsten Arztbesuch dienen.

Jeder kann sagen, wie das Befinden des Kindes aktuell ist.

Viel schwieriger ist jedoch der Blick zurück:

Wann genau trat ein Symptom oder neue Beschwerden auf? Was hat sich nach einer Medikamentenanpassung verändert? Wie war der weitere Verlauf? Gab es andere Faktoren, die eine Rolle gespielt haben könnten? Besserten sich Beschwerden nach einigen Tagen wieder? Wenn ja, wann? Welche Aktivität oder Maßnahme hat zu einer Besserung geführt? Gibt es ein Muster (z. B. immer nach einer bestimmten Aktivität geht es dem Kind schlechter)?


Häufig sind solche Fragen im Rückblick nicht mehr exakt nachvollziehbar. Dies zu dokumentieren kann helfen, die richtige Einschätzung zu treffen und den nächsten Arztbesuch vorzubereiten.




Phosphatdiabetes verläuft bei jedem Betroffenen anders. Jeder Betroffene hat unterschiedliche Symptome, reagiert anders auf zusätzliche Einflüsse und hat möglicherweise andere hilfreiche Strategien. Das Tagebuch ist aus diesem Grund recht offen formuliert.

Nehmen Sie sich jeden Abend kurz Zeit, um sich Notizen vom Tag zu machen.


Hier einige Beispiele zu den einzelnen Punkten:

 Beobachtungen

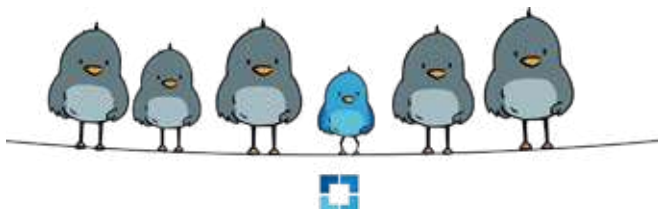
- Beschwerden
- Nebenwirkungen
- Verbesserung/Verschlechterung eines Symptoms

 Besonderheiten

- Gab es besondere Aktivitäten, die eine Rolle gespielt haben könnten?
- Arztbesuch/Medikamentenänderung
- Besondere körperliche Anstrengung
- ...

 War es insgesamt ein guter Tag?

- Hier reicht ein Zeichen (Kreuz, Häkchen, Smiley, ...)
- Maßnahmen (was hat bei Beschwerden geholfen?)
- Wärme/Kälte
- Bewegung/Ruhe
- War ein zusätzliches Medikament (z.B. gegen Schmerzen) notwendig?
- ...





Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				



Monat: _____

	Beobachtungen	Besonderheiten	😊	Maßnahmen
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				



Verfasserin:
Martha Kirchhoff

Korrektur:
Vorstand des Phosphatdiabetes e.V.



Erstellung und Druck sind mit Förderung des
BKK Dachverband e.V. entstanden.



www.phosphatdiabetes.de

info@phosphatdiabetes.de