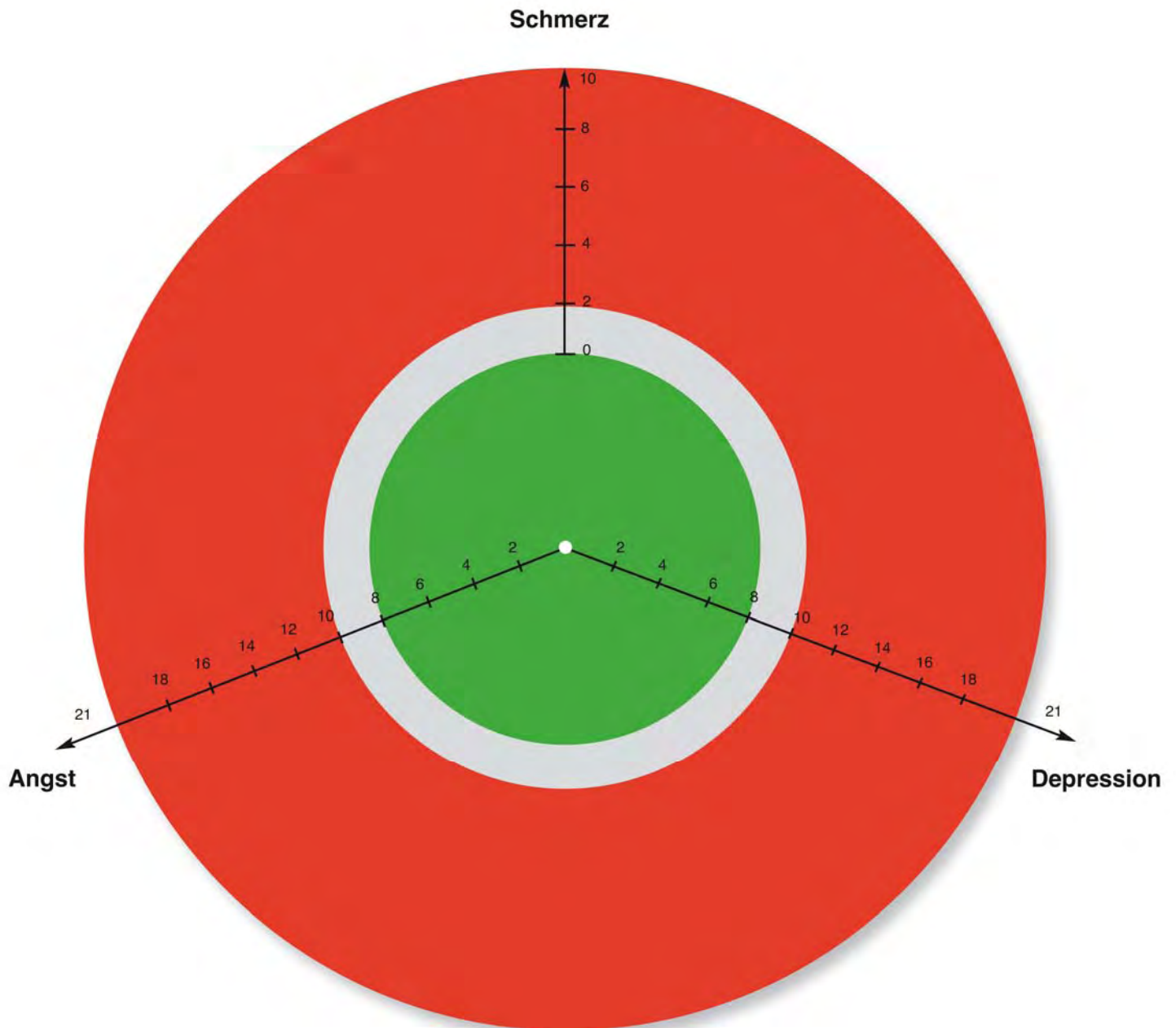


# Schmerztest nach Dr. Jochen Schleimer



## Pain Assessment Test

Lassen Sie den Patienten seine Schmerzen auf einer Skala von 1 bis 10 einschätzen.

Tragen Sie den Wert auf der Skala „Schmerz“ ein.

Lassen Sie den Fragebogen ausfüllen.

Tragen Sie den Angstwert auf der Skala „Angst“ ein, den Depressionswert auf der Skala „Depression“.

Verbinden Sie die Endpunkte zu einem Dreieck.

Behandeln Sie zuerst den längsten Schenkel (z.B. wenn der Depressionswert am höchsten ist mit einem Antidepressivum)

Kontrollieren Sie Ihre Behandlung. Das Behandlungsziel ist erreicht, wenn das Dreieck sich im grünen Kreis befindet.

# Fragebogen zum Schmerztest

## 1 Ich leide unter Stress

A (= Angst)

- 3 meistens
- 2 oft
- 1 gelegentlich
- 0 überhaupt nicht

## 2 Das Leben ist so schön wie früher

D (= Depression)

- 0 ja
- 1 nicht ganz
- 2 nur noch ein wenig
- 3 kaum

## 3 Ich habe Angst vor der Zukunft

A

- 3 sehr stark
- 2 nicht sehr
- 1 etwas
- 0 überhaupt nicht

## 4 Ich kann lachen, bin heiter und gelöst

D

- 0 ja
- 1 oft
- 2 manchmal
- 3 überhaupt nicht

## 5 Ich grüble

A

- 3 meistens
- 2 oft
- 1 manchmal
- 0 selten

## 6 Ich bin glücklich

D

- 3 überhaupt nicht
- 2 selten
- 1 manchmal
- 0 meistens

## 7 Ich bin gelöst und entspannt

A

- 0 ja
- 1 meistens
- 2 selten
- 3 überhaupt nicht

- 8 Ich bin aktiv** **D**
- 0 immer
  - 1 oft
  - 2 manchmal
  - 3 überhaupt nicht
- 9 Ich habe ein flaues Gefühl im Magen** **A**
- 0 nie
  - 1 gelegentlich
  - 2 oft
  - 3 sehr oft
- 10 Ich lege Wert auf mein Aussehen** **D**
- 0 ja
  - 1 weniger als früher
  - 2 wenig
  - 3 kaum
- 11 Ich bin unruhig** **A**
- 3 sehr
  - 2 ziemlich
  - 1 wenig
  - 0 nicht
- 12 Ich bin optimistisch** **D**
- 0 ja
  - 1 weniger
  - 2 viel weniger
  - 3 kaum
- 13 Ich habe plötzlich Angst** **A**
- 3 oft
  - 2 ziemlich oft
  - 1 selten
  - 0 überhaupt nicht
- 14 Ich kann mich hinsetzen und entspannen** **D**
- 0 oft
  - 1 manchmal
  - 2 selten
  - 3 sehr selten