

	Datum							
<b>TAGEBUCH SYMPTOME<sup>2</sup></b>								
Schmerzen (VAS Skala 0-10 (kein - stärkster vorstellbarer Schmerz))								
Fieber _____ °C ( $\geq 38$ °C)								
Hautauschlag								
Unterleibsschmerzen								
Durchfall								
Übelkeit/Erbrechen								
Gelenkschmerzen/-schwellungen								
Brustschmerzen								
Muskelschmerzen (Myalgie)								
Schwindel								
Schlaflosigkeit								
Augenbeteiligung								
Schmerzhafte Knoten								
Sonstiges								

<b>TAGEBUCH AUSLÖSER<sup>3</sup></b>								
Empfindlichkeit gegenüber Temperaturveränderungen (Hitze/Kälte)								
Emotionaler Stress								
Müdigkeit								
Langes Stehen								
Lang andauernde Reisen								
Hohe Nahrungsaufnahme								
Trauma								
Infektion								
Menstruation								
Körperliche Aktivitäten (z. B. Sport)								
Sonstiges								

<b>ANMERKUNGEN</b>								
--------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

**HAFTUNGSAUSSCHLUSS:** Dieses „Symptome und Auslöser“-Tagebuch ist nicht dazu gedacht, einen medizinischen Rat zu geben oder eine Diagnose zu stellen. Nur ein Arzt kann feststellen, was die Symptome bei Ihnen oder Ihrem Kind verursacht. Wenn Sie Fragen oder Bedenken bezüglich Ihrer Gesundheit oder der Ihres Kindes haben, sprechen Sie bitte mit einem Arzt.

1. Padeh S., Bilginer Y., Ozen S. (2019) Familial Mediterranean Fever. In: Hashkes P., Laxer R., Simon A. (eds) Textbook of Autoinflammation. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-98605-0\\_16](https://doi.org/10.1007/978-3-319-98605-0_16). 2. Piram M, et al. Validation of the Auto-Inflammatory Diseases Activity Index (AIDAI) for hereditary recurrent fever syndromes. *Ann Rheum Dis* 2014;73:2168–2173. 3. Karadag et al, The factors considered as trigger for the attacks in patients with familial Mediterranean fever, *Rheumatol Int* (2013) 33:893–897.

518-KIN-DA(D)-1121-V01



# FMF Tagebuch – Symptome & Auslöser



# Liebe Patientinnen und Patienten\*,

Sie haben Familiäres Mittelmeerfieber (FMF). Vielleicht haben Sie gerade erst von Ihrer Diagnose erfahren. Vielleicht leben Sie schon seit Jahren damit und haben bereits persönliche Erfahrungen mit der Krankheit gemacht.

FMF kann bei jedem Patienten anders verlaufen und unterschiedliche Symptome aufweisen. Deshalb ist es wichtig, dass Sie mit Ihrem Arzt sprechen, bevor Sie das Tagebuch „Symptome und Auslöser“ ausfüllen.

## Warum dieses Tagebuch?

Ziel des "Symptome und Auslöser"-Tagebuchs ist es, Ihnen und Ihrem Arzt eine Vorstellung von der Art und Häufigkeit Ihrer Symptome zu geben und mögliche Auslöser für diese Symptome zu erkennen. Ihr Arzt kann möglicherweise herausfinden, ob Ihrer Krankheit ein bestimmtes Muster zugrunde liegt. UND: Wenn Sie selbst Ihre Auslöser kennen, können Sie sie vermeiden und so eventuell ihre Beschwerden verringern.

All diese Informationen können Ihnen und Ihrem Arzt helfen, Ihre FMF-Erkrankung besser zu verstehen, zu behandeln und zu beherrschen.

\*Die Verwendung des Sternsymbols (\*) bezieht neben weiblichen und männlichen Personen weitere Geschlechter und Geschlechtsidentitäten mit ein.). Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

Seien Sie sich bewusst, dass Symptome, Auslöser und Attacken von Person zu Person sehr stark variieren.

**Symptome:** Symptome wie z.B. Müdigkeit, Hautausschlag und Unterleibsschmerzen können während einer Episode, aber auch zwischen den Episoden auftreten.<sup>1</sup>

**Frühsymptome (Prodromi):** Symptome wie extreme Müdigkeit (Fatigue), Übelkeit oder Appetitlosigkeit können einen Anfall wenigstens vier Stunden vorher „ankündigen“. Nicht alle Patienten erleben diese Ankündigungen im Vorfeld ihrer Attacken.

**Episode:** Verschlimmerung der Symptome wie z.B. Bauchschmerzen, Übelkeit und Gelenkschmerzen in Verbindung mit Fieber, das mehrere Tage anhält.<sup>1</sup> Sie können diese Attacken erfahren, auch wenn Sie bereits Medikamente zur Behandlung Ihres FMF einnehmen. Bitte informieren Sie Ihren Arzt in jedem Fall über diese Attacken.

**Auslöser:** Verschiedene Faktoren, die Symptome oder eine Attacke auslösen können (siehe Tagebuch). Symptome können aber auch ohne Auslöser auftreten. Die Aufzeichnungen im Tagebuch können aufzeigen, wann es einen Zusammenhang zwischen einem Auslöser und einem Symptom geben könnte.

Weitere Informationen finden Sie in dieser Broschüre.



#aktualisiert mit Beiträgen von AIDAI

## Wie man das Tagebuch ausfüllt:

- Tragen Sie das Datum ein, an dem Sie (oder Ihr Kind) eines oder mehrere der aufgeführten Symptome bemerken. Überlegen Sie dann, ob ein Auslöser die Symptome verursacht haben könnte und kreuzen Sie das entsprechende Symptom (oder Symptome) an.
- Dieses Tagebuch kann jederzeit und nach Bedarf ausgefüllt werden. Sie können auch Symptome, mögliche Auslöser oder andere Faktoren, die Ihnen ungewöhnlich erscheinen, einige Zeit nach dem Anfall eintragen.

	Beispiel	Datum	Datum	Datum	Datum	Datum	Datum
TAGEBUCH SYMPTOME <sup>2</sup>	12.10.						
Schmerzen (VAS Skala 0-10 (kein - stärkster vorstellbarer Schmerz))							
Fieber _____°C (> 38 °C)							
Hautausschlag							
Unterleibsschmerzen	X						
Durchfall	X						
Übelkeit/Erbrechen							
Gelenkschmerzen/-schwellungen							
Brustschmerzen							
Muskelschmerzen (Myalgie)							
Schwindel							
Schlaflosigkeit							
Augenbeteiligung							
Schmerzhafte Knoten							
Sonstiges							
TAGEBUCH AUSLÖSER <sup>3</sup>							
Empfindlichkeit gegenüber Temperaturveränderungen (Hitze/Kälte)							
Emotionaler Stress	X						
Müdigkeit							
Langes Stehen							
Lang andauernde Reisen							
Hohe Nahrungsaufnahme	X						
Trauma							
Infektion							
Menstruation							
Körperliche Aktivitäten (z. B. Sport)							
Sonstiges							
ANMERKUNGEN							

