Körper-Check

Beschreibe Dein Problem / Schmerz möglichst detailliert:

Wann ist Dein Problem / Schmerz zum ersten Mal aufgetreten?

Wo genau befindet sich das Problem / Schmerz?

Gibt es andere körperliche oder seelische Probleme, die evtl. zeitgleich, davor oder danach aufgetreten sind? Wenn ja, welche?

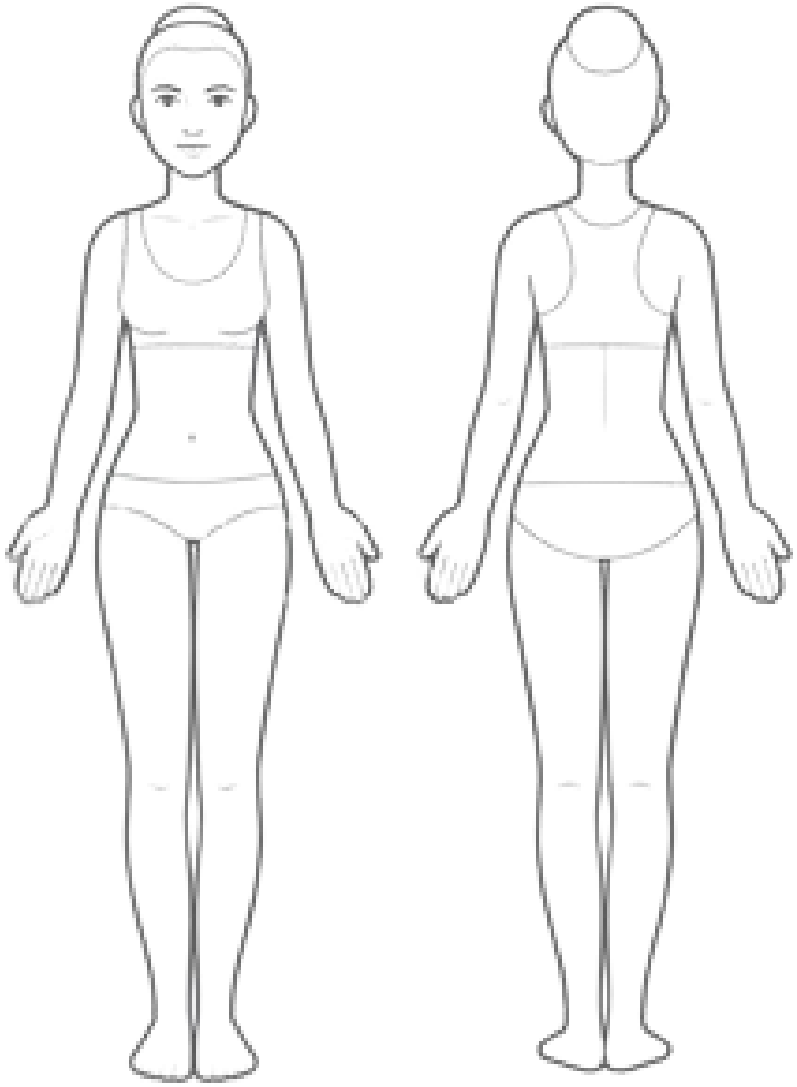
Unter welchen Voraussetzungen / Bedingungen verschlechtern sich die Probleme / Schmerzen?

Körper-Check

Was hast Du bisher dagegen unternommen?

Welche Maßnahmen helfen Dir?

Welche positive Veränderung wünschst Du Dir?

Körper-Check

Zeichne bitte hier Deine körperlichen Beschwerden ein: