

Checkliste für Reisekrankheit

Bitte schreiben Sie *nur aktuelle* Symptome heraus, die Sie *ganz sicher* beobachtet haben. Die Formulierung „verschlimmert“ kann auch die Ursache einer Krankheit beschreiben, oder die Bedeutung von „schmerzhaft“ haben. (Polare Symptome=blau).

Grundmodalitäten

Wärme verschlimmert/bessert
Kälte verschlimmert/bessert
Einhüllen verschlimmert/bessert
Entblößen verschlimmert/bessert
Im Freien verschlimm./gebessert
Bedürfnis frische Luft/Abneigung
Im Zimmer verschlimm./gebess.
Bedürfnis z. Bewegen/Abneigung
Bewegung verschlimmert/bessert
Anstrengung körp. verschl./bess.
Ruhe verschlimmert/bessert
Lagewechsel verschlimm./bessert
Liegen verschlimmert/bessert
Sitzen verschlimmert/bessert
Stehen verschlimmert/bessert
Berührung verschlimmert/bessert
Druck verschlimmert/bessert
Wetter warm verschlimmert
In der Sonne verschlimmert
Hitze verschlimmert
Muskeln straff/schlaff

Erbrechen verschlimmert
Wabbligkeit (ohnmachtartige Übelkeit)
Ohnmacht/Kollaps
Sehen dunkel (Schwarzw. vor Augen)
Sehen zu entfernt/zu gross/starrer Blick/
undeutlich
Schwindel
Schwindel verschlimmert
Taumeln (Schwanken im Gehen)
Kleiderdruck verschlimmert
Kleider lösen bessert

Gemütsveränderungen

Alleinsein verschlimmert/bessert
Gesellschaft verschlimm./bessert
Fröhlichkeit/Traurigkeit
Sanftheit/Gereiztheit

**Weitere, auf der Checkliste nicht
aufgeführte Symptome**

Lokale Modalitäten, Empfindungen und Befunde

Fahren im Wagen verschlimmert
Fahren im Schiff verschlimmert
Durst/Durstlosigkeit
Speichelvermehrung/-verminderung
Geruchsinn empfindlich
Umschläge feuchte bessern.
Wasser, waschen bessert
Kaltwerden verschlim./bessert
Warmwerden verschlim./bessert
Essen verschlimmert nachher/bessert n.
Trinken verschlimmert/bessert
Aufstossen verschlimm./bessert
Aufstossen allg.
Übelkeit allg./im Hals/in der Brust/im
Magen/im Unterleib
Breachwürgen

Erbrechen allg./gallig-bitter/
sauer/schleimig/übelriechend