

# Schmerzkalender

Monat

Jahr

Tageszeit in Stunden																								Schmerzart	Schmerzstärke			
Tag	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		1-10		
1																												
2																												
3																												
4																												
5																												
6																												
7																												
8																												
9																												
10																												
11																												
12																												
13																												
14																												
15																												
16																												
17																												
18																												
19																												
20																												
21																												
22																												
23																												
24																												
25																												
26																												
27																												
28																												
29																												
30																												
31																												

**Schmerzarten 1-5**

1 = dumpf, drückend, ziehend  
2 = wellenförmig, krampfartig

3 = Verstärkung bei Belastung/Erschütterung

4 = elektrisierend, kribbelnd  
5 = brennende Schmerzen