

# Mein Behandlungstagebuch

## Morbus Crohn - gut begleitet durch den Alltag

Dieses Tagebuch unterstützt Sie dabei, den Überblick zu behalten - über Symptome, Medikamenteneinnahmen, Laborwerte und persönliche Erfahrungen. So können Sie Ihre Erkrankung besser verstehen, den Verlauf dokumentieren und Ihre Behandlung aktiv mitgestalten. Ob für sich selbst oder zur Vorbereitung auf das nächste Arztgespräch: Ein paar Minuten Notizen am Tag können viel bewirken!

**Monatsübersicht**  
 Hier können Sie Ihre wichtigsten Termine wie Injektionen, Medikamenteneinnahmen, Arztbesuche, Klinik-aufenthalte, Blutabnahmen sowie Erinnerungen an Check-ups, Impfungen oder Gespräche eintragen.  
 Monat:

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag

Notizen

**ratiopharm**  
Gute Preise. Gute Besserung.

Monatskalender  
Seite 2

**Tages- und Wochenprotokoll**  
 Dokumentieren Sie regelmäßig, wie es Ihnen geht. Das hilft Ihnen und Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin, den Verlauf besser einzuschätzen.

**Tag & Datum:**

Algemeines Wohlbefinden schlecht 1 2 3 4 5 sehr gut  
 Energielevel schlecht 1 2 3 4 5 sehr gut  
 Stimmung schlecht 1 2 3 4 5 sehr gut  
 Schlafqualität schlecht 1 2 3 4 5 sehr gut  
 Stuhlfrequenz: 0 1 2 3+

Bauchschmerzen  Durchfall  
 Essen & Verträglichkeit:

**Tag & Datum:**

Algemeines Wohlbefinden schlecht 1 2 3 4 5 sehr gut  
 Energielevel schlecht 1 2 3 4 5 sehr gut  
 Stimmung schlecht 1 2 3 4 5 sehr gut  
 Schlafqualität schlecht 1 2 3 4 5 sehr gut  
 Stuhlfrequenz: 0 1 2 3+

Bauchschmerzen  Durchfall  
 Essen & Verträglichkeit:

Besondere Vorkommisse (z. B. Schübe, Infekte, Belastungen)

Notizen

**ratiopharm**  
Gute Preise. Gute Besserung.

Tages- und Wochenprotokoll  
Seite 3

**Medikationsliste**  
 Damit behalten Sie den Überblick über Ihre aktuelle Therapie.

Name des Medikaments	Dosierung	Häufigkeit	Startdatum	Verträglichkeit	mögliche Nebenwirkungen	Änderungen/Absetzungen
				😊 😐 😞		
				😊 😐 😞		
				😊 😐 😞		
				😊 😐 😞		
				😊 😐 😞		

Notizen

**ratiopharm**  
Gute Preise. Gute Besserung.

Medikamentenliste  
Seite 5

**Laborwerte im Verlauf**  
 Halten Sie wichtige Laborwerte (z. B. Calprotectin, CRP, BSG, Eisen, Vitamin D) und deren Entwicklung fest - für sich selbst und für Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Laborwert	Einheit	Referenzbereich	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Bemerkung

Notizen

**ratiopharm**  
Gute Preise. Gute Besserung.

Laborwerte im Verlauf  
Seite 6

**Eigene Notizen & Gedanken**  
 Hier ist Raum für alles, was Sie sonst noch festhalten möchten.

Notizen

**ratiopharm**  
Gute Preise. Gute Besserung.

Eigene Notizen & Gedanken  
Seite 8

# Monatsübersicht

Monat: . . . . .

Hier können Sie Ihre wichtigsten Termine wie **Injektionen, Medikamenteneinnahmen, Arztbesuche, Klinikaufenthalte, Blutabnahmen** sowie **Erinnerungen an Check-ups, Impfungen** oder **Gespräche** eintragen.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag

Notizen . . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .





# Tages- und Wochenprotokoll

Dokumentieren Sie regelmäßig, wie es Ihnen geht. Das hilft Ihnen und Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin, den Verlauf besser einzuschätzen.

Beispiel-  
ansicht

Tag & Datum: *Mittwoch, 2.7.2025*

Allgemeines Wohlbefinden	schlecht	1	2	3	4	5	sehr gut
Energielevel	schlecht	1	2	3	4	5	sehr gut
Stimmung	schlecht	1	2	3	4	5	sehr gut
Schlafqualität	schlecht	1	2	3	4	5	sehr gut
Stuhlfrequenz:	0	1	2	3+			

Bauchschmerzen  Durchfall

Essen & Verträglichkeit:

*Morgens: Haferbrei, vertragen*

*Mittags: Hähnchen mit Reis, leichte Blähungen*

*Abends: Brot mit Frischkäse, ok*

Besondere Vorkommnisse (z. B. Schübe, Infekte, Belastungen):

*Leichter Krankheitsschub,*

*verstärkte Bauchschmerzen nach Mittagessen,*

*Stress wegen Arbeit*

Tag & Datum:

Allgemeines Wohlbefinden	schlecht	1	2	3	4	5	sehr gut
Energielevel	schlecht	1	2	3	4	5	sehr gut
Stimmung	schlecht	1	2	3	4	5	sehr gut
Schlafqualität	schlecht	1	2	3	4	5	sehr gut
Stuhlfrequenz:	0	1	2	3+			

Bauchschmerzen  Durchfall

Essen & Verträglichkeit:

Besondere Vorkommnisse (z. B. Schübe, Infekte, Belastungen):

**ratiopharm**

Gute Preise. Gute Besserung.

# Medikationsliste

Damit behalten Sie den Überblick über Ihre aktuelle Therapie.

Name des Medikaments	Dosierung	Häufigkeit	Startdatum	Verträglichkeit	mögliche Nebenwirkungen	Änderungen, Absetzungen
				😊 😐 😞		
				😊 😐 😞		
				😊 😐 😞		
				😊 😐 😞		
				😊 😐 😞		

Notizen . . . . .

. . . . .

. . . . .

. . . . .



## Laborwerte im Verlauf

Halten Sie wichtige Laborwerte (z. B. Calprotectin, CRP, BSG, Eisen, Vitamin D) und deren Entwicklung fest - für sich selbst und für Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Laborwert	Einheit	Referenzbereich	Messdatum	Messdatum	Messdatum	Messdatum	Messdatum	Messdatum	Messdatum	Messdatum	Bemerkung

Notizen . . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .  
. . . . .



## Laborwerte im Verlauf

Halten Sie wichtige Laborwerte (z. B. Calprotectin, CRP, BSG, Eisen, Vitamin D) und deren Entwicklung fest - für sich selbst und für Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Laborwert	Einheit	Referenzbereich	3.1. 2025	15.2. 2025	1.4. 2025	15.5. 2025	Messdatum	Messdatum	Messdatum	Messdatum	Bemerkung
Calprotectin	µg/g Stuhl	< 50	150	80	45	35					Therapie gestartet
CRP	mg/l	< 5	10	6	4	3					Entzündung abgeklungen
BSG	mm/h	< 20	20	18	16	15					
Eisen	µmol/l	12-30	13			19					
Vitamin D	ng/ml	> 30	25		32						Nahrungsergänzung

Beispielansicht

Notizen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



# Eigene Notizen & Gedanken

Hier ist Raum für alles, was Sie sonst noch festhalten möchten.

A large grid of small dots, intended for taking notes or drawing. The grid covers most of the page area below the header and above the footer.