

FHO Fachhochschule Ostschweiz

Institut für Angewandte Pflegewissenschaft IPW-FHS  
**Symptom-Tagebuch**

 **FHS St.Gallen**  
  Hochschule  
für Angewandte Wissenschaften

**Autorin**

Prof. Dr. phil. Beate Senn

**Forschungsteam**

Dr. rer. medic. Manuela Eicher

Prof. Dr. med. Michael Mueller

Prof. Dr. Sandra Engberg

Prof. Dr. Rebecca Spirig

**Fotos**

Susanne Bürki, FotoGrafikZentrum

INSELSPITAL, Universitätsspital Bern

**Gestaltung und Layout**

Zino Meuli, Kommunikation FHS St.Gallen

FHS St.Gallen, Hochschule für Angewandte Wissenschaften

## Das Symptom-Tagebuch informiert Sie...

über zu erwartende Symptome nach einem chirurgischen Eingriff auf Grund vulvärer Zellveränderungen. Es bietet Ihnen die Möglichkeit zu prüfen, ob und welche Symptom-Erfahrungen bei Ihnen in den letzten sieben Tagen aufgetreten sind und welche dieser Erfahrungen belastend für Sie waren. Symptome sind Erfahrungen (z.B. körperliche Signale, Gefühle, Gedanken, Verhaltensweisen, Bedürfnisse). Symptom-Erfahrungen umfassen die Häufigkeit, Stärke, Dauer eines Symptoms und die daraus resultierende persönliche Bedeutung.

Die äusseren weiblichen Geschlechtsteile bezeichnen Fachpersonen als Vulva. Die Vulva umfasst die grossen und kleinen Schamlippen, den Schamberg, die Klitoris, den Scheidenvorhof, die Scheidenöffnung und die Harnröhrenmündung. Der Begriff vulväre Zellveränderung umfasst verschiedene Erkrankungen im Bereich der Vulva. Zum Beispiel handelt es sich um Zellveränderungen die in der Medizin als vulväre intraepitheliale Neoplasien (VIN), Melanome oder Plattenepithelkarzinome bezeichnet und üblicherweise mit einem chirurgischen Eingriff behandelt werden. Die Wundheilung wird durch viele Faktoren beeinflusst und kann Tage bis Wochen in Anspruch nehmen. So sind in den ersten vier Tagen nach einem chirurgischen Eingriff Symptome wie Wärme, Schwellung, Rötung, Wundschmerz und der Austritt von Flüssigkeit normal.

Ihr persönliches Symptom-Tagebuch unterstützt Sie...

darin beeinflussbare Symptome zu erkennen, sie einzuschätzen und Ihre erlebten Symptome Fachpersonen mitzuteilen. Eventuell kann Ihnen ein Handspiegel helfen Ihre Vulva zu beobachten und Symptome einzuschätzen. Die Einschätzung der persönlich empfundenen Belastung auf Grund eines Symptoms kann Sie in der Entscheidung unterstützen, welche Symptome Sie beim nächsten Termin mit Ihrer Fachperson besprechen möchten. Das Ausfüllen des Symptom-Tagebuchs dauert durchschnittlich 20 Minuten.



## Bitte notieren Sie...

zu erwartende Symptome über die Sie Ihre Fachperson vor der Entlassung informiert oder bitten Sie Ihre Fachperson diese zu notieren. Beispielsweise erhalten Sie Informationen über Symptome der Wundheilung und weitere Empfehlungen zum Verhalten nach der Operation (z.B. Bad nehmen, Schwimmbad- und Saunabesuch, Geschlechtsverkehr, Kondome benutzen).

Datum der Entlassung: \_\_\_\_\_

Ihre Ansprechperson bei Fragen: Name: \_\_\_\_\_ Tel. Nr.: \_\_\_\_\_

**Harmlose Symptome**, die in den nächsten Tagen auftreten können:

---

---

---

---

---

---

**Warnsymptome**, bei denen Sie sich umgehend bei einer Fachperson melden sollten:

---

---

---

---

---

---

Hier ist Platz für Ihre persönlichen Notizen zum **Verhalten nach der Operation**:

---

---

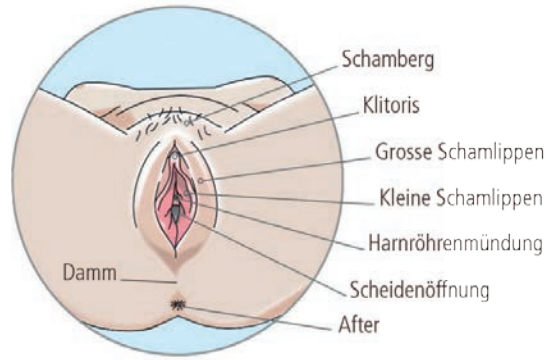
---

---

---

---

Bitte informieren Sie ihre Fachperson über Ihre Symptom-Erfahrungen. Dies unterstützt die Auswahl und Weiterführung einer geeigneten Behandlung. Folgende Darstellung kann Ihnen bei der genauen Bezeichnung der äusseren weiblichen Geschlechtsteile behilflich sein.



**Ein Beispiel wie Sie Ihr Symptom-Tagebuch ausfüllen:**

- Schritt 1: Lesen Sie zuerst, um welches Symptom es sich handelt.
- Schritt 2: Kreuzen Sie dann an, ob dieses Symptom bei Ihnen auftrat.
- Schritt 3: Wenn das Symptom bei Ihnen auftrat kreuzen Sie an, wie belastend oder störend dies für Sie war.

- 1. Aufgabe lesen
- 2. Frage ankreuzen
- 3. Zweite Frage NUR ankreuzen, wenn das Symptom auftrat

**Aufgabe:**

Bitte kreuzen Sie an, wie oft jedes dieser Symptome im Wundgebiet in der letzten Woche bei Ihnen auftrat und wenn es auftrat, wie belastend es für Sie war.

	Wie oft haben Sie das Symptom erlebt?				Wenn das Symptom auftrat, wie stark hat Sie das belastet?			
	nie	1-2 Tage	3-4 Tage	5-7 Tage	gar nicht	ein wenig	ziemlich stark	sehr stark
Blutung	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Dieses Kreuz bedeutet, eine Blutung im Wundgebiet trat in der letzten Woche während 1-2 Tagen auf.

Dieses Kreuz bedeutet, die aufgetretene Blutung im Wundgebiet belastete Sie ziemlich stark.



Bitte kreuzen Sie an, wie oft jede dieser Schwierigkeiten in der letzten Woche bei Ihnen auftrat und wenn sie auftrat, wie belastend diese für Sie war.

	Wie oft haben Sie die Schwierigkeiten erlebt?				Wenn die Schwierigkeiten auftraten, wie stark hat Sie das belastet?			
	nie	1-2 Tage	3-4 Tage	5-7 Tage	gar nicht	ein wenig	ziemlich stark	sehr stark
Schwierigkeiten beim Wasserlassen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schwierigkeiten beim Stuhlgang	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schwierigkeiten beim Sitzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schwierigkeiten, Kleider zu tragen (z.B. Unterwäsche, Hosen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schwierigkeiten, alltägliche Handlungen auszuführen (z.B. Treppen steigen, kochen, Arbeit im Büro)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>







Bitte kreuzen Sie an, wie gross ihr Bedürfnis nach weiteren Informationen zu den nachfolgenden Themen in der letzten Woche war und wie belastend dies für Sie war.

	Wie gross war ihr Bedürfnis nach weiteren Informationen?				Wenn ein Bedürfnis nach weiteren Informationen vorlag, wie stark hat Sie das belastet?			
	nicht vorhanden	gering	mässig	gross	gar nicht	ein wenig	ziemlich stark	sehr stark
Bedürfnis, mehr Informationen über die Erkrankung zu haben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bedürfnis, mehr Informationen über die Behandlung zu haben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bedürfnis, mehr Informationen über die tägliche Hygiene der Vulva zu haben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bedürfnis, mehr Informationen über die Versorgung des Wundgebiets zu haben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bedürfnis, mehr Informationen über das Verhalten im Alltag zu haben (z.B. Unterwäsche tragen, Hobbys, Sexualität)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Falls Sie andere Symptome hatten (z.B. Schwierigkeiten mit der Kinderbetreuung, mit der Wohnsituation, mit den Finanzen, mit dem Transport, mit der Arbeit etc.), notieren Sie diese bitte in den leeren Feldern. Kreuzen Sie an, wie stark ein Symptom durch die Erkrankung, den chirurgischen Eingriff oder durch das Wundgebiet in der letzten Woche beeinflusst wurde und wie belastend dies für Sie war.

Wie stark erlebten Sie das Symptom?				Wie stark hat Sie das Symptom belastet?			
gar nicht	ein wenig	ziemlich stark	sehr stark	gar nicht	ein wenig	ziemlich stark	sehr stark
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Hier ist Platz für Ihre persönlichen Anliegen:

Über welche 3 bis 5 Symptome (körperliche Signale, Gefühle, Gedanken, Verhaltensweisen, Bedürfnisse) möchten Sie beim nächsten Termin mit ihrer Fachperson sprechen?

---

---

---

---

---

Überlegen Sie sich, was Ihnen in dieser Zeit der Veränderung gut tun könnte. Haben Sie Lust sich drei Wünsche aufzuschreiben?

1. 

---

---

2. 

---

---

3. 

---

---

**Wir wünschen Ihnen alles Gute.**



FHS St.Gallen  
Institut für Angewandte Pflegewissenschaft IPW-FHS  
Nationales Kompetenzzentrum für Evidenzbasierte Pflege  
swissEBN  
Prof. Dr. phil Beate Senn, RN, PhD  
Rosenbergstrasse 59, Postfach  
9001 St.Gallen, Switzerland

Tel. +41 71 226 15 25  
[beate.senn@fhsg.ch](mailto:beate.senn@fhsg.ch)

Das Symptom-Tagebuch kann durch Betroffene, Fachpersonen  
des Gesundheitswesens und Forschende verwendet werden.  
©Beate Senn

Version 1. Dezember 2015

Die FHS St.Gallen und die involvierten Personen haften nicht  
für Schäden, die aus der Nutzung oder Anwendung des Sym-  
ptomtagebuchs entstehen. Die Inhalte des Symptomtagebuchs  
können eine individuelle medizinische und pflegerische Bera-  
tung und Entscheidung nicht ersetzen.

#### Unterstützende Institutionen:

---

 **INSELSPITAL**  
UNIVERSITÄTSSPITAL BERN  
HOPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE  
BERN UNIVERSITY HOSPITAL



**Universität  
Basel**

Medizinische Fakultät  
Departement Public Health

Pflegewissenschaft  
Nursing Science

**krebsforschung schweiz**  
**recherche suisse contre le cancer**  
**ricerca svizzera contro il cancro**  
**swiss cancer research**