

Prüfung von Fagus sylvatica – Rotbuche- Februar/ März 2002

Koordinator: Dr. Peter Alex, Breite Str. 45, 04838 Doberschütz

Prüfmethode: Doppelblind, d.h. weder die Prüfer(innen) noch die Supervisor(inn)en und auch der Koordinator wussten, um welches Mittel es sich handelt.

Prüfer(in)	Alter in Jahren	Geschlecht	Beruf	Prüfpotenz
2		weiblich		C 30
3		weiblich		Placebo
4		weiblich		C 200
7	?	weiblich		C 200
8				Placebo
9	21	männlich		C 200
13		weiblich		C 30
16		weiblich		C 200
17		männlich		C 30
18		weiblich		C 200
19	32	weiblich		C 30
20	23	weiblich		C 30

Geist und Gemüt

Verhältnis zur Mutter in Frage gestellt, haben gegensätzliche Erwartungen aneinander, extreme Enttäuschung (zum 1.Mal in dieser Form)
20, C 30, -1:X:X

Angst vor dem Einschlafen, Angst vor psychischer Wirkung des Mittels (war allein zu Hause, keiner könnte helfen)
20, C 30, 0-1:X:X

Eingeschränkte Wahrnehmung, wie betrunken, wie im Traum, konnte keine klaren Gedanken fassen, verwirrt, "wie durch den Wind"
20, C 30, 1:X:X

Emotionslos, gleichgültig, stumpfsinnig, „fühle mich...wie ausgeschalten“; Zustand vormittags am stärksten, nimmt während des Tages ab
20, C 30, 1:X:X

Müdigkeit nimmt zu, Konzentration fällt schwer, schlecht gelaunt, streitsüchtig
20, C 30, 2:X:X

planlos, vergesslich, unstrukturiert, stehe morgens früh auf und frage mich: „War heute was?“
20, C 30, 3:X:X

Lustlos, unzufrieden, vor allem mit mir selbst, Selbstzweifel, Worte und Reaktionen anderer werden meist auf mich bezogen negativ interpretiert
20, C 30, 3:X:X

Unsicherheit in Menschenmasse (Geburtstagsparty)
20; C 30, 3:X:X

Gekränkt, fühle mich nicht angenommen, fühle mich außenstehend, am Abend besser
20, C 30, 5:X:X

Konzentrationsschwierigkeiten und Müdigkeit tagsüber
20, C 30, 6:X:X

Vergesslich und durcheinander, muß öfters kontrollieren, ob ich auch alles in die Tasche gesteckt habe, oder Gleichgültigkeit und vergesse dann etwas
20, C 30, 8:X:X

Beim Zelten extreme Angst und Vorsicht vor möglichen Schlangen
20, C 30, 27-34:X:X

Innere Unruhe
7, C 200, 1:X:X

Vermehrtes Tagträumen, muß mich regelrecht aus den Träumen zurückordern, besonders sexuelle Phantasien
7, C 200, 2:X:X

Bei Absage einer Bewerbung für einen Praktikumsarbeitsplatz Verzweiflung, fühle Angst in mir aufkommen, dass alles zuviel für mich wird; fühle mich wie auf einem Balken balancierend; kippe ich zur einen Seite, drehe ich völlig ab, werde verrückt, auf der anderen Seite weiß ich mich disziplinieren zu können und es aushalten zu können
7, C 200, 7:X:X

Rufe Ärztin an wegen starker Symptome, weine am Telefon, fühle mich sehr schwach, nach Telefongespräch besser
7, C 200, 10:07:00

Widersprüche in mir, Energie-Müdigkeit, Gefühle schwanken, Drang zu schlafen und im Bett zur inneren Ruhe zu kommen
2, C 30, 1:X:X

Lust „unterwegs“ zu sein, meinen Körper zu bewegen, Leute zu sehen, ich komme nicht zur Ruhe in meinen vier Wänden, vermisse mein vertrautes „Gefühl im Bauch“, als wenn die Verbindung zu mir selbst weg ist
2, C 30, 2:X:X

Spüre oft Ekel
2; C 30, 3:X:X

Ich finde mich im Moment nicht schön
2, C 30, 5:X:X

Spüre allgemein Einbruch meines Selbstvertrauens, merke aber, dass ich vieles zu ernst nehme, spüre aber, dass Lebensenergie zurückkommt, ich habe soviel Energie, auch wenn ich rastlos bin, ich lebe, habe Freude am Einfachen, bin so unruhig; ich suche noch den roten Faden, fühle aber Ruhe und Ausgeglichenheit in mir
2, C 30, 8:X:X

Ich spüre nichts mehr von dem Prüfmittel, schein zu mir zurückgekehrt zu sein, bin ruhiger, sehe vieles gelassener
2, C 30, 25:X:X

Zerstreut, in Gedanken, habe mir die mit Cappuccinopulver gefüllte Tasse fast vollständig mit Kaffeesahne statt Wasser aufgefüllt
16, C 200, 13:X:X

Vergesslich, wollte mir den bereits auf dem Schreibtisch stehenden Tee aus der Küche holen
16, C 200, 14:X:X

Wenig Lebensfreude, kein so leichtes Leben, wenig Energie, verklemmtes, eingeengtes Gefühl, besonders morgens nach dem Aufstehen, darauf verlassen, dass es wieder besser werden wird, Neues kommt, den Stillstand überwinden; aufgrund des Druckes auf Gemüt keine Offenheit, keine Freude empfunden, in mir gefangen, nichts geschafft; will wegfahren, loskommen, Angst davor, nicht loszufahren (kein Verlass auf die Mitfahrerin, konnte mich nicht darauf einlassen, war selber im

Unklaren, ob ich mit ihr fahren möchte, sie entscheidet sich täglich anders); ständiger innerer Druck, keine Ruhe, muß warten, mag kein Warten; Loszufahren zu einer Freundin brachte Besserung; Entscheidet sich mit dieser Freundin zu fahren, von ihr kommt klares Ja, Vorstellungen von Reise treffen sich, wollen arbeiten in den Pyrenäen, immer noch Angst, dass es doch nicht klappt
18, C 200, 7:X:X

Träume

Träume von irgendwelchen Vorfällen, Gesprächen, die entweder schon erlebt wurden oder am nächsten Tag erwartet werden
20, C 30, 0-1:X:X

Traum: „...habe mich verlaufen, da waren überall so viele Kabinen, musste aufs Klo...ich ging aufs Männerklo (habe es erst später mitbekommen)...saß da eine Weile...in den Türen befanden sich Löcher, etwa in meiner Kopfhöhe...auf einmal sehe ich, wie ein Penis knapp neben meinem Kopf in dieses Loch gesteckt wird und pisst...ich erkenne erst jetzt, dass ich auf dem Männerklo gelandet bin, befinde mich im Zwiespalt, ob ich etwas sagen soll oder nicht und traue mich nicht STOP zu sagen...ich lege aus Verzweiflung die Stirn gegen die Tür und versuche so leise wie möglich zu sein...fühle mich, als ob ich in Scheiße getreten wäre...nachdem ich die Kabine verlasse, stinken meine Haare nach Urin, und ich muß mich durch den Gestank noch eine ganze Weile danach an den Vorfall erinnern...fühle mich schlecht...bin für meinen Unmut – nichts zu sagen – bestraft worden...“
20, C 30, 2:X:X

Traum: „...Ich befinde mich mit meiner Freundin B. und einer ihrer Freundinnen F. in der Nähe eines Sees, wir wollen zum See laufen...auf einmal muß ich mich übergeben und verliere durch einen Drehwurm mein Gleichgewicht und falle zu Boden, steh wieder auf und falle daraufhin wieder hin, entscheide mich nach Hause zu gehen...ich begeben mich auf den Weg, in der Hoffnung, das B. nachkommen wird...die beiden Freundinnen beginnen zu streiten, F. möchte unbedingt zum See, B. deutet mehrmals darauf hin, dass es mir doch schlecht geht und dass mich jemand begleiten sollte...sie kommt nach...ich muß mich auf einmal nicht mehr übergeben und mir geht es wieder besser...daraufhin meint B: „Ach, da können wir ja doch zum See gehen, du wirst sehen, es wird dich ablenken und dir gut tun!“...ich bin vollkommen enttäuscht und schreie sie an: „Ach, mach doch was du willst!“

Ich habe geglaubt, dass sie sich ehrlicherweise für mich entschieden hat. Nein, es zeigt sich plötzlich, dass sie die andere Möglichkeit doch lieber vorziehen würde und versucht, mich zu überreden, so bald sich die Situation bietet. Erkannte durch diesen Traum, dass B. oft zu wissen meint, was besser für mich wäre, natürlich unbewusst. Es kommt oft der Satz: „Ach, mach das doch so...oder auf diese Weise ist es doch viel besser...“ Habe diesen Spruch entweder innerlich belächelt, wissend, dass es typisch ist für B., habe ihr aber auch oft versprochen, es anders zu versuchen, obwohl ich nie so richtig überzeugt war von den Ratschlägen. Habe kaum kontra ausgesprochen...
20, C 30, 8:X:X

Von einer Schlange geträumt und geekelt, auch nach der Mittelaushändigung 1x; sonst eigentlich nie
20, C 30, 9:X:X

Träumte ich wäre eine Terroristin mit Aktionen im und unter Wasser; ich ermorde „hohe Leute“; ständig auf der Flucht vor Gefangennahme, weiß aber, dass ich nie werde entfliehen können; durch den Fehler eines Freundes (berührte beim Tauchen unter Wasser einen Polizisten) werden wir entdeckt; ich fühle mich meiner Taten schuldig, bin mir aber klar, dass ich nicht anders handeln konnte, als mit dieser Terroristengruppe aktiv zu sein
7, C 200, 2:X:X

Träumte von meinem Vater, der irgendetwas Sinnloses plant, und die Familie verlacht ihn dafür, da es ja doch nicht klappt; ich selbst muß auch lachen, stehe aber trotzdem zu ihm und helfe ihm, weil ich sehe, dass er doch nicht davon abzubringen ist; nun will ich ihm helfen; ich spüre genau wie sehr allein und trotzig er sich sonst fühlen würde
7, C 200, 3:X:X

Träumte ich und mein Freund wären Rotarmisten und Spione in einem faschistischen Lager; man verdächtigt uns, da wir keinen deutschen bayrischen Dialekt sprechen können, reiten auf Pferden
7, C 200, 4:X:X

Träumte 1. von sexuellem Verkehr mit Freund, sehr experimentell und offen, 2. dass ich mit dem Fahrrad in meiner Heimatstadt fahre, das Fahrrad lenkt dabei zur rechten Seite, ohne dass ich es beeinflussen kann und stürze in einen tiefen Abgrund; kurz vor dem Aufprall werde ich wach, fühle aber keine Angst, finde nur noch alles spannend
7, C 200, 8:X:X

Wieder vom Kämpfen geträumt, aber vergessen was
7, C 200, 10:X:X

Träumte von der Schule; da war eine Party, ein Fest; mein Vermieter kam und vernichtete einfach so 300 Euro, wollte es aber nicht zugeben
9, C 200, 2:X:X

Traum, in dem ein Mädchen vorkam, in die ich vor 1/2 Jahr mal ziemlich verknallt war, es wurde aber nichts daraus; die Anwesenheit dieses Mädchens machte die Situation im Traum irgendwie unerträglich für mich; auch noch nach dem Traum musste ich über die Situation und dieses Mädchen nachdenken
9, C 200, 5:X:X

Traum: War mit anderen Leuten in einem Raum; zwei Typen wollten alle umbringen, schafften es aber nicht; zwei Freunde von mir wechselten plötzlich zur Seite der Mörder, schossen aus Gewehren, trafen aber nicht
9, C 200, 7:X:X

Traum: Mein Vater und der Vater meiner Freundin parkten ihr Auto auf einem Parkplatz, irgendjemand musste dann ständig was aus dem Auto holen und jedes Mal 60 Mark bezahlen
9, C 200, 9:X:X

Träumte, dass mein Kumpel schwul ist; noch ein Traum, dass mein Kumpel nicht schwul ist, sondern nur versucht zu vertuschen, dass er eine Freundin hat
9, C 200, 16:X:X

Traum von einem Freund, von Penissen (als Freudsches Symbol), nicht erotisch, vom Vater
9, C 200, 20:X:X

Traum, Geldgeschichte, „der Böse“
16, C 200, 4:03:45

Traum, Sport, amerikanische Comedysendung, Fliege
16, C 200, 4:04:15

Schwindel

Enge im Brustbereich mit Schwindelgefühl und Schwäche, Gefühl, als würde ich gleich hinfallen, nach einer halben Stunde wieder in Ordnung
7, C 200, 3:10:30

Kopf

Kopfschmerzen, abwechselndes Stechen, vorderer Kopfbereich und über Augenbrauen/ Stirn bis zur Hälfte des Oberkopfes
20, C 30, 0:19:00

Kopfschmerz, stechend, Augenbrauen, nachmittags, > durch Massage
20, C 30, 2:X:X

Kopfschmerzen nach Aufstehen, wie vernebelt, kurzzeitiges Stechen in der Stirn
20, C 30, 4:10:00

Stechen auf dem Oberkopf
20, C 30, 4:15:00

Heißer roter Kopf
7, C 200, 10:05:30

Kopfschmerzen, besonders Stirn, Pochen beim Gehen
18, C 200, 18:X:X

Augen

Brennen in den Augen nach längerem Computerspielen
9, C 200, 9:X:X

Beim Zwinkern einen gelben Punkt gesehen
2, C 30, 6:X:X

Ohren

Rechts Ohrgräusche stärker als sonst, rauschen
20, C 30; 0:19:00

Ohrgeräusch rechts, nach Übelkeit und Schwindel, nimmt ganze rechte Kopfseite ein, zieht langsam zur linken Seite rüber, verschwindet nach ca. 4 Minuten
7, C 200, 3:10:30

Jucken am äußeren Gehörgang, links stärker, Bohren mit dem Finger verstärkt Juckreiz, verschwindet von selber
9, C 200, 6:11:00

Lymphknoten am rechten Ohr geschwollen
2, C 30, 5:X:X, 6:X:X, 7:X:X

Ohrenscherzen rechts und links, tiefer Schmerz, ums Ohr geschwollen, schlechtes Hören, Dauer etwa eine Woche
18, C 200, 18:X:X – 24:X:X

Hören

Schlechtes Hören, Dauer etwa eine Woche
18, C 200, 18:X:X – 24:X:X

Nase

Geruchsempfindlich, empfindlich gegen säuerlichen Geruch
20; C 30, 1: 15: 00

an frischer Luft feuchte Nase, kein Schnupfen
20, C 30, 1-3:X:X

Nase verstopft am Morgen, fühlte sich erkältet
9, C 200, 1:X:X

Nase beim Aufwachen komplett verstopft
9, C 200, 7:X:X, 8:X:X

Plötzliches Nasenbluten nach dem Erwachen
9, C 200, 9:X:X

Nasennebenhöhlen sind entzündet, wie bei meiner Hausstauballergie, Schleimabsonderung
2, C 30, 3:X:X

Bin sehr geruchsempfindlich, spüre oft Ekel
2, C 30, 3:X:X

Starker Schnupfen
2, C 30, 4:X:X

Flüssiger Schnupfen
2, C 30, 7:X:X

Schnupfen
16, C 200, 9:X:X, 10:X:X

Gesicht

Rote Punkte im Gesicht, rechte Wange, wie kleine Mückenstiche, jedoch nicht juckend
20, C 30, 9:X:X

Rote Punkte auf der linken Gesichtshälfte und rechts am Hals, wie Mückenstiche, nicht juckend
20, C 30, 11:X:X

Haut um den Mund nach dem Rasieren gerötet, schuppig und trocken, Ausschlag, wie eine Kraterlandschaft
9, C 200, 10:X:X

Trockene Lippen und Haut
9, C 200; 14:X:X

Mund

Offene Stelle am rechten Mundwinkel, tut ziemlich weh beim Mundöffnen, < beim Essen von Scharfem, Saurem, Heißem und beim Trinken
9, C 200, 5:X:X

Rechter Mundwinkel 2x eingerissen, links ebenfalls, kann den Mund nicht mehr als wenige Zentimeter öffnen, sonst starker Schmerz
9, C 200, 7:X:X

Oberlippe rechts angeschwollen, tat nicht weh, Schwellung verschwand wieder
9, C 200, 12:16:00

Trockene Lippen und Haut
9, C 200; 14:X:X

Mundwinkel wieder viel schlechter, eingerissen, > durch eincremen mit Vaseline
9, C 200, 16:X:X

Hals - innen

Tonsillen, geschwollen, wie entzündet, Schmerzen beim Schlucken
20, C 30, 0:19:00

Tonsillen, Gefühl, als wären sie dick, Schwierigkeiten beim Schlucken, schmerzfrei
20, C 30, 1:22.00

Engegefühl im Hals
2, C 30, 0 :X :X

Rachenschleimhaut geschwollen, Reizhusten, abends
2, C 30, 2:X:X

Gefühl vom „Kloß im Hals“, zäher Schleim, keine Schwellung im Hals
2, C 30, 3:X:X

Schleim ist fester geworden
2, C 30, 5:X:X

Ich habe Halsschmerzen
2, C 30, 6:X:X

Spüre noch Spuren von einem Infekt im Hals und in den Bronchien, bisher den Schleim immer runtergeschluckt, versuche ihn aber auf einen Rat hin auszuspucken, muß mich aber dazu überwinden
2, C 30, 8:X:X

Halsschmerzen, dicker Kopf, krank geworden
16, C 200, 7:X:X

morgens Halsschmerzen, Gefühl, es kommt etwas, Lymphknoten leicht geschwollen
18, C 200, 17:X:X

Hals – außen

Geschwollene Lymphknoten unter dem Kinn, Druckschmerz rechts unter dem Kinn
9, C 200, 8:X:X

Schmerz unter dem Kinn links beim Draufdrücken, beim Halsstrecken
9, C 200, 18:X:X

Lymphknoten leicht geschwollen
18, C 200, 17:X:X

Dicke Lymphknoten, besonders links, verschlechtert sich in darauffolgenden Tagen
18, C 200, 18:X:X

Appetit / Übelkeit

Übelkeit, kurz nach dem Aufstehen; Brechreiz, Gefühl mich übergeben zu müssen, Übelkeit im Rachen empfinden, > Essen
20, C 30, 1:X:X

leichte Übelkeit gegen Abend im Rachen- und oberen Magenraum, Übelkeit nach dem Essen verschwunden
20, C 30, 2:X:X

Lust auf essen, Entscheidung zwischen Süßem und Herzhaftem fällt oft schwer
20, C 30, 3:X:X

Appetitlos, esse weniger als normalerweise zum Frühstück
20, C 30, 4:X:X

leichte Übelkeit gegen Abend im Rachen- und oberen Magenraum, Übelkeit nach dem Essen verschwunden
20, C 30, 2:X:X

Lust auf essen, Gefühl, als wäre „Loch im Magen“
20, C 30, 2:X:X, 3: X: X

Übelkeit nach fettigem Abendbrot
20, C 30, 10:20:00

Übelkeit in der Magengegend, etwa eine Stunde während Autofahrt, > durch Ablenkung
20, C 30, 13:X:X

Großer Appetit, besonders auf Süßes (Schokolade), danach leichte Bauchkrämpfe
7, C 200, 2:10:00

Nach dem Frühstück Übelkeit mit Druckschmerz im Unterbauch, steigt nach oben; weiß nicht, ob ich mich erbrechen muss, Beschwerden verschwinden nach einer halben Stunde wieder
7, C 200, 3:10:30

Starkes Verlangen nach Süßem, trinke 3 Becher Kakao und 3 Becher Cappuccino aus dem Automaten
7, C 200, 3:X:X

Übelkeit, als würde diese vom Unterleib nach oben hin aufsteigen
7, C 200, 8:15:00

Übelkeit nach Cappuccino-Getränk aus dem Automaten
7, C 200, 9:X:X

Esse fast nur noch Süßes und Kaffee, Obst und Joghurt
7, C 200, 11:X:X

Könnte ständig leckere Sachen in mich hineinstopfen, (Ist da eine Leere in mir ?)
Appetit auf Schokolade ist ungebremst
2, C 30, 8:X:X

Magen

Punktuell stechender Schmerz in der Magengegend, an- und abschwellend, ca. 10 min lang
20, C 30, 1:20:00

Leichte Übelkeit gegen Abend im Rachen- und oberen Magenraum, Übelkeit nach dem Essen verschwunden
20, C 30, 2:X:X

Lust auf essen, Gefühl, als wäre „Loch im Magen“
20, C 30, 2:X:X, 3: X: X

Übelkeit in der Magengegend, etwa eine Stunde während Autofahrt, > durch Ablenkung
20, C 30, 13:X:X

Bauch

Bauchschmerzen, zusammenziehend, Krämpfe, > Essen
20, C 30, 7: 20.30- 22.30

Stechende Schmerzen im rechten Eierstock (15. Zyklustag) während leichter Grippe
20, C 30, 26:X:X

Nach dem Frühstück Übelkeit mit Druckschmerz im Unterbauch, steigt nach oben; weiß nicht, ob ich mich erbrechen muss, Beschwerden verschwinden nach einer halben Stunde wieder
7, C 200, 3:10:30

Krämpfe im Unterbauch
7, C 200, 7:19:00

Schmerzen im Oberbauch, rechts
7, C 200, 9:10:00

Schmerzen vom rechten Oberbauch bis in die Flankengegend, besonders beim Gehen, Dauer 3 Stunden, danach nur noch geringer Druckschmerz im rechten Oberbauch
7, C 200, 9:X:X

Jucken in der Leistengegend, links, öfters am Tag
9, C 200, 4:X:X, 5:X:X, 6:X:X

Rektum/Anus

Schmerzen beim Stuhlgang, als ob etwas zerreißen würde, Haut am After eingerissen
20, C 30, 1+3: 15: 00

Stuhl

Säuerlicher Geruch
20, C 30, 1:15:00

Blase

Im Bett heftigste Unterbauchschmerzen in der Blasengegend, von der Blase bis ins Genital
krampfend, Wärmflasche und Eisbeutel helfen nicht, Schmerz dauert ca. 4 ½ Stunden an, wälze mich
im Bett hin und her und jammere, möchte im Bett allein sein, schlafe gegen 5.00 Uhr morgens ein
7, C 200, 7:24:00

Heftige Schmerzen im Unterleib und Blasenbereich
7, C 200, 8:15:00

Weibliche Genitalien

Starke Schmerzen im Vaginalbereich, krampfend und stechend, nach innen ziehend, weine vor
Schmerzen, nach ½ Stunde sind die Schmerzen in einer kurzen Abklangphase plötzlich
verschwunden
7, C 200, 3:10:30

Unangenehmes Gefühl im Genitalbereich, Schmerz verstärkt sich mit Krämpfen im Unterbauch und
Frösteln
7, C 200, 7:19:00

Im Bett heftigste Unterbauchschmerzen in der Blasengegend, von der Blase bis ins Genital
krampfend, Wärmflasche und Eisbeutel helfen nicht, Schmerz dauert ca. 4 ½ Stunden an, wälze mich
im Bett hin und her und jammere, möchte im Bett allein sein, schlafe gegen 5.00 Uhr morgens ein
7, C 200, 7:24:00

Husten

Morgens trockener Hustenreiz, erkältet
9, C 200, 16:X:X

Brust

Brüste schmerzhaft geschwollen, brennender ziehender Schmerz, empfindlich (ca. 16. Zyklustag),
früher schon bei Brustwachstum aufgetreten
20, C 30, 0:19:00

stechende, sich ausbreitende Schmerzen in Brüsten, wenn von außen angefasst, vom Druckpunkt in
alle Richtungen
20, C 30, 1:X:X

Druckgefühl in den Bronchien, wie bei einer Bronchitis
2, C 30, 8:X:X

Rücken

Leichtes Stechen rechts vom linken Schulterblatt in der Mitte
20, C 30, -1:X:X, 2:X:X

Rücken- und Gliederschmerzen, ähnlich wie bei Grippe, v.a. vom Kreuzbein über vorderen Oberschenkel ziehend, Last auf Fuß ruhend
20, C 30, 0-1:19:00

Linke Schulter schmerzt für eine halbe Stunde, wie nach dem Tragen einer schweren Tasche, als ob eine Last darauf ruht, als ob sich jemand mit den Händen draufstützt, als ob eine Steinplatte drauf liegen würde, Gefühl von dickem Buckel
20, C 30, 0-2:19:00

Schmerzen rechts von der WS am 2.LW; Schmerz, wenn von rechts oben oder rechts daneben draufgedrückt wird, < wenn direkter Druck auf Wirbel
20, C30, 1:X:X

Schmerzen rechts und links von der WS nah am Hals, strahlen bis zur Hälfte des Halses hoch
20, C 30, 1:X:X

Gliederschmerzen, den ganzen Tag, vor allem abends, Gefühl, als ob den ganzen Tag gearbeitet, besonders Kreuzbein und Hüfte belastet, scheinbar unbeweglich, „wie festgeklebt“
20, C 30, 1:X:X

Schmerz rechts neben der WS, 2. Lendenwirbel, schmerzt beim Draufdrücken wie angeschürft, Schmerz wird täglich weniger
20, C 30, 1-5:X:X

Schmerzen wie Muskelkater nach Tragen von Kisten, in Form eines Dreiecks: von Schultern zu Längsmuskeln rechts und links der WS zum Kreuzbein ziehend
20, C 30, 3:X:X

leichte Rückenschmerzen beim Sitzen, abends 1-2 h, Last auf den Schultern wieder spürbar
20, C 30, 5:20:00

Kurz stechende Schmerzen im linken Schulterblatt nach dem Aufstehen
20, C 30, 6:08:00

Last auf den Schultern, Muskeln, wie nach dem Tragen einer Kiste, vor allem Längsmuskeln rechts und links der WS in der Mitte des Rückens, stärker im Laufe des Tages, < durch Sitzen am Computer und Klavier; abends ist Sitzen ohne Lehne fast nicht möglich, der ganze Rücken schmerzt wie nach schwerer Arbeit, Sitzänderung hilft wenig
20, C 30, 6:X:X

Rückenschmerzen schon nach ½ h Klavierspielen
20, C 30, 8:12:00

kurzzeitiges Stechen im rechten Schulterblatt, links vom rechten Schulterblatt bis zur Mitte; kurzzeitiges Stechen einzelner Punkte des Rückens, vor allem rechts
20, C 30, 8:15:00

Stechen links vom rechten Schulterblatt bis Mitte, ganz leicht, fast unmerklich, nachts
20, C 30, 10:03:00

Starke Kreuzschmerzen schleichen sich ein
7, C 200, 9:16:00

Leichte Flankenschmerzen, < durch schnelles Laufen und Radfahren, > bei langsamen Bewegungen
7, C 200, 11:09:00

Kreuzschmerzen nach dem Aufstehen, stechend rechts oben hinten
9, C 200, 6:X:X

Extremitäten

Rücken- und Gliederschmerzen, ähnlich wie bei Grippe, jedoch nicht ganz so stark
20, C 30, 0:19:00

Gliederschmerzen, den ganzen Tag, vor allem abends, Gefühl, als ob den ganzen Tag gearbeitet, besonders Kreuzbein und Hüfte belastet, scheinbar unbeweglich, „wie festgeklebt“
Last zieht von den Schultern ausgehend über den ganzen Körper bis zu den Füßen, weiche Knie
20, C 30, 1:X:X

Muskelzuckungen am ganzen Körper, beginnend mit linkem Bein, dann rechtes Bein, dann ganzer Körper, Gefühl, als ob es in den Adern gluckern würde, 15- 20 min. angehalten
20, C 30, 1:X:X

Gelenke, in den Hüft- und Kniegelenken sticht es manchmal
20, C 30, 8:X:X

Knie nach dem Baden (abends) fest, scheinbar unbeweglich, leichte Schmerzen beim Draufdrücken an den Innenoberseiten
20, C 30, 8:21:00

Gelenke, linkes Knie und linke Hüfte stechen leicht beim Stehen, scheinbar ein wenig eingeschränkt in der Bewegung
20, C 30, 11:08:00

Kann nicht ruhig sitzen, Beine wackeln ständig herum, Drang zur Bewegung
7, C 200, 1:X:X

Stärker werdende Gliederschmerzen, starke Muskelschmerzen mit Frostigkeit, Zittern am ganzen Körper, Schmerzen in beiden Flanken, kann mich kaum bewegen, weine, hatte noch nie so starke Schmerzen, danach wird mir heiß, die Hitze tut gut, denn damit gehen die Schmerzen weg, heißer roter Kopf, nach einer Stunde verschwinden die Symptome, schlafe wieder ein
7, C 200, 10:05:30

Erwachen wegen schmerzhafter beidseitiger Wadenkrämpfe, habe mich aufgesetzt und die relativ harten Waden massiert, Krampf hielt eine Minute an, anschließend legte ich mich zurück und schlief sofort wieder ein
16, C 200, 1:05:30

Nach dem Aufstehen Muskelkater in beiden Beinen beim Gehen, wegen nächtlichen Wadenkrämpfen
16, C 200, 1:09:30

Muskelkater in den Beinen links stärker als rechts, besser, nach zehnminütigem Sitzen wieder schlimmer
16, C 200, 1:10:45

Nur noch leichter Muskelkater linkes Bein
16, C 200, 1:13:15

Linke Wade wieder muskelkaterähnliches ganz leichtes Ziehen
16, C 200, 3:10:30

Linke Hand und Unterarm fühlen sich kalt an, wie eingeschlafen, besonders im Handgelenkbereich, kälter als rechts
16, C 200, 3:11:00

Leichtes Stechen im linken Ellbogen, Dauer ca. 5 Minuten, linke Hand wieder deutlich kälter als rechte, linke Hand ist „schlaff“
16, C 200, 3:16:45

Kurzes Brennen im linken Unterarm
16, C 200, 3:23:45

Rechte Hand fühlt sich kälter an als die linke
16, C 200, 4:16:30

Kurzzeitiges Brennen im linken Unterarm
16, C 200, 11:23:30

Nach kurzer Nacht in Jugendherberge beim Aufwachen wieder kurz andauernder einseitiger Wadenkrampf, rechts, > Massage, Nicht-Anspannen der Muskeln
16, C 200, 29:08:00

Schlaf

Mehrmaliges kurzzeitiges Aufwachen in der Nacht
16, C 200, 3:X:X, 4:X:X, 6:X:X

Frost

Frösteln am ganzen Körper vorm Schlafengehen, wie bei Fieber, „in Decke gekuschelt und eingeschlafen“
20, C 30, 0-1:X:X

allgemein fröstelig, kälteempfindlicher tagsüber
20, C 30, 2:X:X

im allgemeinen kälteempfindlicher
20, C 30, 3:X:X

Frösteln, vor allem abends, eine Stunde eher ins Bett (22.00); eine Decke zusätzlich; eingemummelt und eingeschlafen ohne zu zittern
20, C 30, 6:22:00

Frösteln gleich nach dem Aufstehen, leicht gezittert, auch abends eine Stunde nach heißem Bad wieder kalt
20, C 30, 9:X:X

Frösteln tagsüber, vor allem auch nachts
20, C 30, 10:X:X

Frösteln mit Krämpfen im Unterbauch
7, C 200, 7:19:00

Friere, leichter Schüttelfrost, fühle mich fiebrig
7, C 200, 9:16:00

Frostigkeit, Zittern am ganzen Körper, liege mit Mütze und 2 Decken im Bett und jammere, danach wird mir heiß, nach einer Stunde verschwinden Symptome
7, C 200, 10:05:30

Frösteln im Bett, nicht mehr so stark wie Tage zuvor
7, C 200, 11:22:00

Hitze

Nach Frost eintretende Hitze, heißer, roter Kopf, Hitze verbessert Schmerzen
7, C 200, 10:05:30

Hitze im Bett, nicht so hoch wie am Morgen, als wohltuend empfunden, Schmerzen gehen weg
7, C 200, 10:21:00

Erwacht nachts, durchgeschwitzt, fühle mich fit und gesünder, schlafe wieder ein
7, C 200, 11:02:00

Leichte Temperaturerhöhung, erwache durchgeschwitzt, fühle mich dadurch besser
7, C 200, 12:02:00

Haut

Rote Punkte auf der linken Gesichtshälfte und rechts am Hals, wie Mückenstiche, nicht juckend
20, C 30, 11:X:X

Haut an den Händen trocken, gerötet und rauh
9, C 200, 5:X:X

Haut um den Mund nach dem Rasieren gerötet, schuppig und trocken, Ausschlag, wie eine Kraterlandschaft
9, C 200, 10:X:X

Trockene Lippen und Haut
9, C 200; 14:X:X

Allgemeines

Verlangen nach Schokolade
20, C 30, -1-0:X:X

Träge, langsame Bewegung, als ob Körper schwer zu transportieren ist, Beine wie in Zeitlupe
20, C 30, 1:X:X

eingeschränkte Reaktionsbereitschaft
20, C 30, 1:X:X

allgemein fröstelig, kälteempfindlicher tagsüber
20, C 30, 2:X:X

im allgemeinen kälteempfindlicher
20, C 30, 3:X:X

Bewegungen scheinen schwerer zu fallen; scheinbar höherer Kraftaufwand nötig, z.B. Treppensteigen oder Radfahren
20, C 30, 2:X:X

Fühle mich krank, matt
20, C 30, 9:X:X

Kann nicht ruhig sitzen, Beine wackeln ständig herum, Drang zur Bewegung
7, C 200, 1:X:X

Fühle mich schwach
7, C 200, 9:X:X

Fühlte mich nach dem Erwachen schlapp, wie wenn man lange geschlafen hat, wurde nicht richtig wach
9, C 200, 1:X:X

Leichte Erkältung, Husten, Schnupfen
9, C 200, 14:X:X

Probleme morgens aus dem Bett zu kommen, abends schnell müde, Krankheitsgefühl
2, C 30, 3:X:X

14

Fühle mich oft müde
2, C 30, 5:X:X

Meine Kondition ist angeschlagen, bin müde
2, C 30, 6:X:X