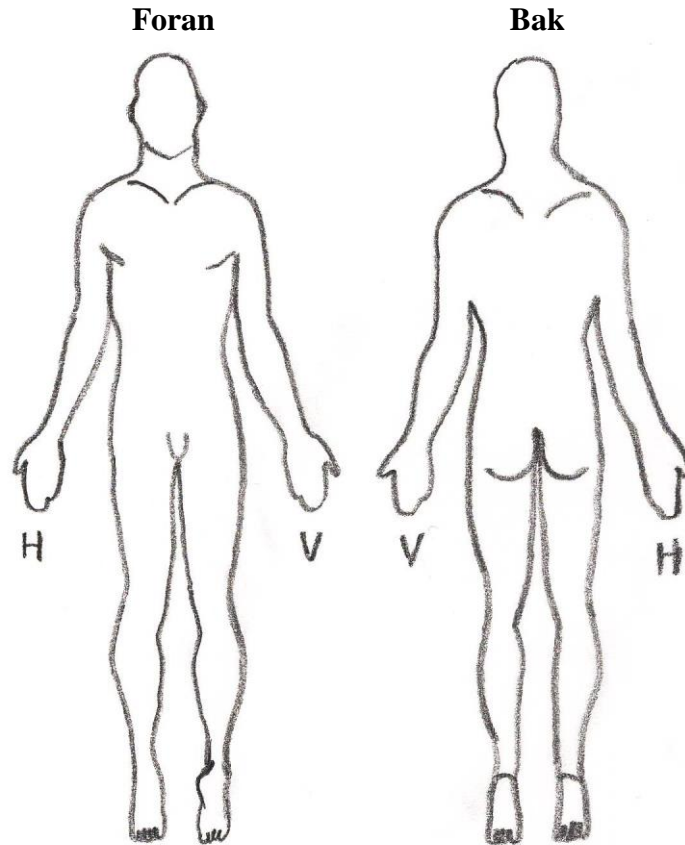


Kartlegging av smerter

Navn: _____



- Skraver de områder på kroppen du har hatt smerter de siste 14 dager
- Sett så kryss (X) på det punktet du har følt mest intens smerte de siste 14 dager
- Marker med pil i hvilken retning og hvor langt smerten stråler fra krysset

Smertens intensitet ved aktivitet:

Svak _____ Intens

Smertens intensitet i hvile:

Svak _____ Intens

Smertens karakter, beskriv (stikkende, brennende, sviende, bankende etc):

Noe som lindrer smerten: _____

Noe som forverrer smerten: _____