Mit herzlichem Dank für die Verwendungserlaubnis dieses Fragebogens und in memoriam an Dr. Peter Hain 

Name\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Vorname\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_GebDatum\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Datum:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Bitte bei 0 ankreuzen, bei mehrfachen Möglichkeiten nur die schwerwiegendere = höhere Punktzahl wählen oder Punkten mitteln!

Bei Fehlanzeige nicht punkten!

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. Werden Sie nachts des Öfteren wach?** (Nachtruhe ab 22.00 Uhr bis 23.00 Uhr, sonst sinngemäß antworten ) |  |  | **8. Werden Sie scheinbar aus dem Schlaf heraus ohne Grund hellwach mit besonders klarem Verstand und können gar nicht aufhören, sich Gedanken zu machen und könnten arbeiten oder Gedichte schreiben?** |  |  |
| a) Ja, gegen 1.00 Uhr bis 2.00 Uhrb) Ja, gegen 3.00 Uhr bis 4.00 Uhrc) Ja, gegen 5.00 Uhr bis 6.00 Uhrd) Ja und zwar dauernd mit Schlafphasen  dazwischen | **6 Punkte****4 Punkte****2 Punkte****8 Punkte** | **O****O****O****O** | 1. Ja, regelmäßig, ich dachte schon, das sei bei mir normal geworden
2. Ja, ich werde hellwach, aber so etwas von wach, dass ich nicht mehr einschlafen kann
3. Immer mal wieder. Ich dachte bisher, die Gedanken wecken mich
4. Gelegentlich, dann lese ich nachts z. B. ein Buch
 | **8 Punkte****6 Punkte****4 Punkte****2 Punkte** | **O****O****O****O** |
| **2. Können Sie dann gleich wieder einschlafen?** |  |  | **9. Haben Sie Luftnot?** |  |  |
| a) Ja, sofort nach dem Wasserlassen | **0 Punkte** | **O** | a) Ja, bei stärkerer körperlicher Belastung  | **2 Punkte** | **O** |
| b) Nein, ich liege dann lange wach | **2 Punkte** | **O** | b) Ja, hin und wieder nachts | **4 Punkte** | **O** |
| c) Ich bin unruhig und muss aufstehen | **4 Punkte** | **O** | c) Ja, regelmäßig nach längerem Liegen | **8 Punkte** | **O** |
| d) Ich muss längere Zeit herumlaufen | **6 Punkte** | **O** | d) Nur bei anstrengenden Sportarten | **0 Punkte** | **O** |
| e) Ich kann erst nach Stunden wieder  einschlafen | **8 Punkte** | **O** |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3. Schwitzen Sie nachts?** |  |  | **10. Können Sie auf der linken Seite schlafen?** |  |  |
| 1. Ja, schon seit langer Zeit
2. Ja, in letzter Zeit täglich
3. Immer wieder einmal
4. Ja, schon mal, wenn ich erkältet bin

Bemerkung: in der beginnenden Menopause nur halbe Punkte | **8 Punkte****6 Punkte****2 Punkte****O Punkte** | **O****O****O****O** | 1. Nein, in Linksseitenlage bekomme ich nach kürzester Zeit Herzbeschwerden
2. Ich werde wach, sobald ich auf der linken Seite liege
3. Ich liege nicht gerne links, das bekommt mir nicht
4. Ich liege lieber rechts
5. Ich kann auf jeder Seite liegen und wechsele z. B. auch häufig
 | **8 Punkte****6 Punkte****4 Punkte****2 Punkte****0 Punkte** | **O****O****O****O****O** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **4. Wie tritt der nächtliche Schweiß auf?** |  |  | **11. Müssen Sie dauernd Husten?** |  |  |
| a) Am ganzen Körper  | **8 Punkte** | **O** | a) Nur im Zusammenhang mit Erkältungen | **0 Punkte** | **O** |
| b) Im Gesicht-, Hals-, Nacken-Brustbereich | **6 Punkte** | **O** | b) Ja, seit längerer Zeit, ich weiß auch nicht recht wieso | **2 Punkte** | **O** |
| c) Nur im Nacken-, Hals- und Brustbereich | **4 Punkte** | **O** | c) Ja, beim Hinlegen oder gleich nach dem Hinlegen | **8 Punkte** | **O** |
| d) Nur im Nacken- und Halsbereich | **2 Punkte** | **O** | d) Ja, nach längerem Liegen | **6 Punkte** | **O** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **5. Werden Sie mit Herzklopfen wach?** |  |  |  |  |
| 1. Ja, es klopft dann stundenlang, egal was ich mache
2. Ja, der Brustkorb vibriert oder es klopft bis in den Hals
3. Ja, das Herzklopfen geht erst nach dem Aufstehen weg
4. Ja, ich kann aber liegen bleiben und es hört bald wieder auf
 | **8 Punkte****6 Punkte****4 Punkte****2 Punkte** | **O****O****O****O** | **Summe der Punktzahlen der Fragen** **1. bis 11. :** | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
|  |  |  | **Gruppe 1: 1 bis 7 Punkte:**  alles o. k.  |  |
| **6. Werden Sie mit Druck/Schmerz im Brustbereich wach?**1. Ja, und der Druck hält stundenlang an
2. Ja, der Druck geht erst weg, wenn ich länger umhergehe
3. Ja, der Druck geht direkt nach dem Aufstehen weg
4. Ja, der Druck lässt aber schnell nach dem Aufsetzen nach
 | **8 Punkte****6 Punkte****4 Punkte****2 Punkte** | **O****O****O****O** | **Gruppe 2: 7 bis 21 Punkte:** Es ist kein Luxus, wenn Sie sich um Ihre Gesundheit kümmern. Senden Sie uns eine Kopie Ihres Bogens ein oder rufen Sie uns in unserer Praxis an. **Gruppe 3: 20 bis 39 Punkte:** Es ist gut, dass Sie sich um Ihre Gesundheit kümmern! Bei Ihnen liegt wahrscheinlich ein HERZ-Innendruck-Syndrom vor. Suchen Sie einen entsprechend kundigen Arzt auf oder rufen Sie uns an. |  |
|  |  |  |   |  |
| **7. Werden Sie wach mit Ziehen in den linken Arm oder in den linken Unterkiefer oder schmerzt die linke Schulter scheinbar grundlos?**a) Ja, und die Schmerzen bleiben stundenlang  bestehenb) Ja, oft. Das Ziehen geht erst weg, wenn ich  länger umhergehec) Ja, Besserung gleich beim Aufstehend) Ja, Besserung schon beim Aufsitzen | **8 Punkte****6 Punkte****4 Punkte****2 Punkte** | **O****O****O****O** | **Gruppe 4: 40 bis 59 Punkte:**Es ist Zeit, dass Sie sich um Ihre Gesundheit kümmern! Mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit liegt bei Ihnen ein HERZ-Innendruck-Syndrom vor. Check-Up erforderlich. Termin-Priorität. **Gruppe 5: 60 bis 72 Punkte:** Sie sind im höchsten Risikobereich des HERZ-Innendruck- Syndroms. Eine fachärztliche Abklärung ist unabdingbar! In unserer Praxis haben Sie bei Berufung auf die Gruppe 5 höchste Termin-Prioriät. Lassen Sie es nicht anstehen.  |  |

Ich nehme folgende Medikamente ein.........................................................................................................................................................................................................................................................