

I. Fragebogen für alle Patienten mit chronischer Erkrankung

1. Welche Diagnosen wurden bei Ihnen wann gestellt?
2. Wann haben die ersten Symptome begonnen und welcher Art waren sie?
3. Welche Symptome haben Sie derzeit?
Bitte schreiben Sie vor die Symptome eine Ziffer zwischen 0 bis 10;
geben Sie einen Wert an, der im Mittel die Intensität der letzten 8 Wochen anzeigt:
0 = keine Beschwerden / 10 = maximale Beschwerde
4. Wie sah Ihre Lebenssituation in den Jahren vor der Diagnose aus?
5. Welche Veränderungen in Ihrem Leben gab es in den Jahren vor der Diagnose?
(Heirat, Trennung, Kinder, Tod von nahestehenden Personen/Tieren, Enttäuschungen, Kränkungen, Umzug, Hauskauf, Berufswechsel, Hormonelle Verhütung etc.)
6. Gibt es im Moment oder gab es in der Vergangenheit bestimmte Gedanken, Situationen, Dinge oder Menschen, die Sie gravierend bedrücken oder negativ beeinflussen?
7. Welche Medikamente nehmen Sie?
Seit wann / zu welchen Tageszeiten / in welcher Dosierung?
Welche Veränderungen Ihrer Symptomatik gab es seit der Medikamenteneinnahme?
8. Was haben Sie schon alles an medizinischen Maßnahmen unternommen, um die Beschwerden zu lindern? Was hat davon merklich geholfen?
9. Was wäre ein gutes Ergebnis der Behandlung in meiner Praxis?

Schicken Sie diesen Fragebogen ggf. mit vorliegenden Befundberichten wenigstens 1 Woche vor dem vereinbarten Termin per Post oder Email an die Praxis.

II. zstl. Fragebogen nur für Patienten mit Schilddrüsenerkrankungen

1. Aktuelle Beschwerden

Bitte schreiben Sie vor die Symptome eine Ziffer zwischen 0 bis 10;
geben Sie einen Wert an, der im Mittel die Intensität der letzten 8 Wochen anzeigt:
0 = keine Beschwerden / 10 = maximale Beschwerde

Morgendliches Wohlbefinden / abends Verschlechterung

Morgendliche Schwäche / abends Besserung

Entscheidungen fallen schwer

Körperschmerzen ähnlich wie bei Grippe

Knochen- oder Muskelschmerzen

Wassereinlagerungen im Bindegewebe, Schwellungen im Augenbereich

Kältegefühle in Händen und Füßen

Haarausfall

Trockene Haut und Haar

Augenbrauen werden dünner

Verstopfung

Gewichtszunahme bzw. Abnehmen schwer bis unmöglich

Heißhunger auf fetthaltige Nahrung

Karpaltunnelsyndrom

Druck in der Kehle, Kloßgefühl

Libido vermindert

Schnell blaue Flecken

Schlechte Wundheilung

Infektanfälligkeit

Durchschlafstörungen, Erwachen häufig zwischen 2 – 4 Uhr

Verlangen nach Salz oder salziger Nahrung

Niedrige Reizschwelle, höhere Stressanfälligkeit

Längere Erholungsphasen nach Stress, Krankheit etc. notwendig

Langandauernde Infekte

Schwindel nach schnellem Aufstehen

Dünne und strähnige Haare

Dünne, spröde Fingernägel

Schwache, überdehbare Gelenke und Bänder

Augen und Wangen wirken manchmal eingesunken

Blässe um den Mund

Depressive Phasen, weniger Vergnügen oder Glücksgefühle

Gesteigerte Menstruationsbeschwerden

Prämenstruelles Syndrom

Allergien wurden stärker

Nahrungsmittel- und/oder Medikamenten-Unverträglichkeiten

Durchfall bald nach dem Essen, Reizdarm

Symptome nehmen bei Hunger zu

Heißhungerattacken, ständig Appetit auf Snacks

Ständige Müdigkeit trotz ausreichend Schlaf

Energiemangel, fehlendes Durchhaltevermögen

Zusätzliche Müdigkeit nach Sport

Verschwommenes Denken, „Watte im Kopf“

Fehlende Konzentration, Vergesslichkeit

Ängste bis Panik

Schreckhaftigkeit, innere Unruhe, Zittern

Herzklopfen

Hitzewallungen

2. Temperaturmessung zur Bewertung der Schilddrüsen-Aktivität

Messen Sie bitte an 7 Tagen vor dem Termin 3 mal pro Tag unter der Zunge.

Legen Sie die Thermometerspitze unter die Zunge und halten Sie während der Messung die Lippen geschlossen. Essen oder trinken Sie 20 Min. vorher nichts Warmes oder Kaltes.

Für Frauen: bitte notieren Sie die Zyklusphase.

Nach dem Aufstehen	Gegen 15 Uhr	Vor dem Einschlafen

3. Laborwerte

Bitte lassen Sie diese Laborwerte bestimmen – sie sollten nicht älter als 3 Monate sein:
TSH, fT3, fT4, TPO-AK, Ferritin, Vitamin D3, Magnesium, Holo-Transcobalamin (Vitamin B12).

Schicken Sie alle Unterlagen spätestens 1 Woche vor Termin per Email oder Post an die Praxis:

- Fragebogen Teil I und II
- Temperaturmessung
- Laborwerte
- Ggf. ärztliche Befundberichte (soweit vorliegend) mit Bericht der Schilddrüsen- Sonographie (nicht älter als 1 Jahr)