

# ***Kopfschmerzen***

Copyright 2015 Kai Kröger • 24361 Groß Wittensee

*Name/Datum* .....

Zur Ermittlung Ihrer Arznei ist es erforderlich, jede *Veränderung Ihres Befindens*, die Sie im Zusammenhang mit Ihrer *gegenwärtigen Erkrankung* beobachtet haben, zu vermerken. Schreiben Sie hier zunächst bitte das Auffälligste auf. Dies gehört zu Ihrer Hauptsymptomatik.

## **Hauptsymptome**

Hier eine Hilfe für Sie: Treten Ihre Kopfschmerzen beispielsweise nur auf einer Kopfseite auf; oder auf abwechselnden Seiten; ist der Schmerz stechend oder eher pulsierend oder...; sind die Augen während der Kopfschmerzen lichtempfindlich usw.

*Unterstreichen Sie bitte im folgenden, welche Modalitäten und Symptome auf Ihre Beschwerde zutreffen.*

## **Witterungs- und Temperatureinflüsse**

Umschläge oder Kompressen am Kopf: feuchte Kompressen verschlimmern/ oder bessern Ihre Kopfschmerzen?

Zimmerwärme verschlimmert/ oder bessert den Kopfschmerz?

Wetter: kaltes/ feucht-kaltes Wetter verschlimmert den Kopfschmerz/ oder bessert ihn?

Wetter: nasses Wetter verschlimmert/ oder bessert den Kopfschmerz?

Wetter: trockenes Wetter verschlimmert/ oder bessert den Kopfschmerz?

An der frischen Luft: wird der Kopfschmerz dadurch schlimmer/ oder besser?

Haben Sie bei Kopfschmerzen ein Verlangen nach frischer Luft? Oder eine Abneigung gegen frische Luft?

Kälte, Kaltwerden verschlimmert/ oder bessert den Kopfschmerz?

Wärme verschlimmert/ oder bessert den Kopfschmerz?

Warmes Einhüllen des Kopfes verschlimmert/ oder bessert die Kopfschmerzen?

Entblößen (des Kopfes oder anderer Körperpartien) verschlimmert/ oder bessert den Kopfschmerz?

Beim Schwitzen und nach Schwitzen verschlimmert/ oder bessert sich Ihr Kopfschmerz?

## **Körperhaltung**

Liegen verschlimmert/ oder bessert den Kopfschmerz  
Liegen auf der schmerzhaften Seite verschlimmert/ oder bessert?  
Lagewechsel verschlimmert/ oder bessert  
Sitzen verschlimmert/ oder bessert  
Sitzen in gekrümmter Haltung verschlimmert/ oder bessert  
Stehen verschlimmert/ oder bessert  
Bücken verschlimmert/ oder bessert  
Die Muskeln sind weich/ oder eher fest

## **Aktivität / Stillhalten**

Haben Sie bei den Kopfschmerzen ein Verlangen nach Bewegung/ oder eine Abneigung dagegen?  
Bewegung: verschlimmert/ oder bessert sie Ihre Kopfschmerzen?  
Kopfschütteln verschlimmert/ oder bessert die Kopfschmerzen?  
Fahren im Wagen verschlimmert/ oder bessert die Kopfschmerzen  
Gehen verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen?  
Laufen (schnelles) verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen?  
Auftreten, hartes Auftreten auf den Boden verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen?  
Anstrengung: körperliche Anstrengung verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen?  
Anstrengung: geistige Anstrengung (Lernen, Lesen, Nachdenken) verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen?  
Ruhe verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen?  
Sprechen verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen?

## **Nahrungsaufnahme**

Beim/ oder nach dem Essen verschlimmern/ oder bessern sich die Kopfschmerzen  
Nahrungsmittel, kalte Speisen verschlimmern/ oder bessern sich die Kopfschmerzen  
Trinken verschlimmert/ oder bessert die Kopfschmerzen  
Nahrungsmittel, kaltes Wasser verschlimmert/oder bessert  
Nahrungsmittel, Alkohol/ Bier/ Wein verschlimmert/oder bessert  
Nahrungsmittel, Kaffee verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen  
Haben Sie viel Durst/ mäßigen Durst / wenig Durst bei den Kopfschmerzen?  
Haben Sie Hunger/ oder eher Appetitlosigkeit bei den Kopfschmerzen?  
Besteht ein verstärkter Speichelfluss/ oder eher eine Verminderung des Speichelflusses (= trockener Mund) bei den Kopfschmerzen?

## **Schlafen und Ausruhen**

Nach Hinlegen verschlimmert/ oder bessert sich Ihr Kopfschmerz?  
Beim Einschlafen verschlimmert/ oder bessert sich Ihr Kopfschmerz?  
Während Schlaf verschlimmert/ oder bessert sich Ihr Kopfschmerz?  
Beim Erwachen verschlimmert/ oder bessert sich Ihr Kopfschmerz?  
Beim/ nach Aufstehen vom Bett verschlimmert/ oder bessert sich Ihr Kopfschmerz?

## **Augen und Sehen**

Licht verschlimmert/oder bessert Ihre Kopfschmerzen  
Dunkelheit verschlimmert/oder bessert Ihre Kopfschmerzen  
Augenschließen verschlimmert/oder bessert Ihre Kopfschmerzen  
Die Pupillen sind groß und erweitert/ oder verengt beim Kopfschmerz  
Blicken, angestregtes Blicken verschlimmert/oder bessert Ihre Kopfschmerzen  
Lesen verschlimmert/oder bessert Ihre Kopfschmerzen

## **Hauptsächlich welche Seite?**

Seite: links/ rechts  
Innerer Kopf: links/ rechts  
Äußerer Kopf: links/ rechts  
Gesicht: links/ rechts  
Hinter/ über dem Auge: links/ rechts

## **Psyche**

Gereiztheit/ oder eher Sanftheit (ungewöhnlich) bei Kopfschmerz  
Traurigkeit/Fröhlichkeit (ungewöhnlich) bei Kopfschmerz  
Alleinsein verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen

## **Anderes**

Berührung verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen  
Druck, Pressen von außen verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen  
Reiben verschlimmert/ oder bessert Ihre Kopfschmerzen  
Geruchsinn ist empfindlich und gesteigert/ oder eher vermindert während der Kopfschmerzen  
Niesen verschlimmert/oder bessert Ihre Kopfschmerzen