Praxis Stefan Zogg
Lavendelweg 8
6280 Hochdorf
076 567 36 38
praxis@stefan-zogg.ch
www.stefan-zogg.ch

Stefan Zogg
Praxis für Lebensqualität

Symptomscore – Selbsteinschätzung

Bitte kreuze an welche Symptome du bei dir selbst feststellst

Beschwerde	nein	mild	mittel	stark
Husten oder Reizhusten	☐	☐	☐	☐
Trockener Mund	☐	☐	☐	☐
Schluckschwierigkeiten	☐	☐	☐	☐
Giemen (trockenes, pfeifendes Atemgeräusch)	☐	☐	☐	☐
Brustenge	☐	☐	☐	☐
Bewegungsinduziertes Asthma	☐	☐	☐	☐
Häufige Erkältungen	☐	☐	☐	☐
Atemlosigkeit in Ruhe	☐	☐	☐	☐
Schnell ausser Atem bei Aktivität	☐	☐	☐	☐
Übermässiges Schwitzen, Wallungen	☐	☐	☐	☐
Kalte Extremitäten (Hände, Füsse)	☐	☐	☐	☐
Bauchweh	☐	☐	☐	☐
Muskelschmerzen, Krämpfe	☐	☐	☐	☐
Müdigkeit	☐	☐	☐	☐
Schlaflosigkeit, Durchschlafprobleme	☐	☐	☐	☐
Häufiges Seufzen oder Gähnen	☐	☐	☐	☐
Unfähigkeit einen befriedigenden Atemzug zu tun	☐	☐	☐	☐
Kurzatmigkeit oder anstrengende Atmung	☐	☐	☐	☐
Herzklopfen	☐	☐	☐	☐
Unregelmässiger Herzschlag	☐	☐	☐	☐
Beschleunigter Puls	☐	☐	☐	☐
Erhöhter Blutdruck	☐	☐	☐	☐
Taubheit, Kribbeln	☐	☐	☐	☐
Schlafapnoe	☐	☐	☐	☐
Schnarchen	☐	☐	☐	☐
Beschleunigte oder vertiefte Atmung	☐	☐	☐	☐
Harter, angespannter Kiefer / Hals	☐	☐	☐	☐
Brustschmerzen	☐	☐	☐	☐
Anspannung	☐	☐	☐	☐
Konzentrationsschwierigkeiten	☐	☐	☐	☐
Unruhiger Geist / Gedankenkarussell	☐	☐	☐	☐
Hohes Stresslevel	☐	☐	☐	☐
Nervosität	☐	☐	☐	☐
Ängste, Panikattacken	☐	☐	☐	☐
Nierenerkrankung	☐	☐	☐	☐
Erhöhter Augeninnendruck	☐	☐	☐	☐
Kopfschmerzen	☐	☐	☐	☐
Zahnprobleme	☐	☐	☐	☐
Schwindelanfälle	☐	☐	☐	☐
Übelkeit, Erbrechen	☐	☐	☐	☐
Durchfall	☐	☐	☐	☐
Sehstörungen	☐	☐	☐	☐
Blähungen	☐	☐	☐	☐
Verstopfung	☐	☐	☐	☐
Weitere/andere Symptome:				
		☐	☐	☐
		☐	☐	☐