



Dr. med. Agathe Traut  
Brückenstr. 2a  
54338Schweich

## Selbstauskunftsbogen bei Kopfschmerzen Kinder/Jugendliche

Da Du der Spezialist für Deinen Körper bist,  
fragen wir Dich;  
Versuche die Fragen alleine zu beantworten,  
wenn nötig bitte Mutter oder Vater um Hilfe

Teil 1:

### 1. Wo genau hast Du die Kopfschmerzen?

Suche Dir bitte an diesem Modell die richtige Seite und die richtige Stelle am Kopf aus und zeichne ein, wo Du normalerweise Kopfschmerzen hast.

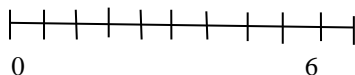


### 2. Wie fühlen sich Deine Kopfschmerzen an?

- drückend
- klopfend
- stechend
- dröhnend
- anders, nämlich \_\_\_\_\_

### 3. Wie stark sind Deine Kopfschmerzen?

Trage auf dem Maßband ein, wie stark Deine Kopfschmerzen sind. Kreise zum Beispiel die Zahl 1 ein, wenn es wenig weh tut, – die Zahl 6, wenn Du es kaum aushalten kannst.



### 4. Wann treten Deine Kopfschmerzen häufig auf?

- (Du kannst mehrere Kreuze machen)
- Wenn ich Sport mache.
- Wenn ich nicht genug geschlafen habe.
- Wenn ich mich ärgere.
- Wenn ich mich freue.

- Wenn ich erkältet bin.
- Wenn ich bestimmte oder zu viel Süßigkeiten gegessen habe.
- In der Schule.
- Beim Fernsehen/ Computerspielen.
- Beim Autofahren.
- Bei Wetterwechsel.
- Bei anderen Gelegenheiten, nämlich\_\_\_\_\_.

**5. Die Kopfschmerzen treten auch häufig auf, wenn**

- ich traurig oder enttäuscht bin.
- ich Ärger in der Familie habe.
- ich Ärger mit dem Lehrer habe.
- ich Streit mit Klassenkameraden habe.
- ich schlechte Noten habe.
- vor oder nach Klassenarbeiten.

**6. Kannst Du Dich erinnern, wann Du zum ersten Mal Kopfschmerzen hattest?**

- Erst vor kurzem (in diesem Jahr).
- Seit ich in der Schule bin.
- Schon als kleines Kind.
- Weiß ich nicht.

**7. Wie oft kommen bei Dir Kopfschmerzen vor?**

- Jeden Tag
- Jeden Monat
- Seltener

**8. Wie lange dauern die Kopfschmerzen meistens?**

- Nur kurze Zeit.
- Den ganzen Tag.
- Einen halben Tag.
- Länger als einen Tag.

**9. Wie schnell kommen die Kopfschmerzen?**

- schnell
- langsam

**10. Wann beginnen die Kopfschmerzen?**

- beim Aufwachen
- während des Morgens
- mittags
- während des Nachmittags
- abends
- während der Nacht

**11. Hast Du gleichzeitig mit Deinen Kopfschmerzen noch andere Beschwerden**

- Mir ist dabei schlecht.
- Ich muss brechen.
- Ich habe Bauchschmerzen.
- Mir ist schwindelig.
- Ich sehe Sternchen vor den Augen.
- Mich stört helles Licht.
- Mich stören laute Geräusche.
- Ich habe ein komisches Gefühl in der Hand.

- Ich habe Schwierigkeiten beim Sprechen.
- Ich kann einen Arm schlecht bewegen.

**12. Was machst du normalerweise, wenn die Kopfschmerzen beginnen?**

- Ich kann weitermachen, was ich gerade tue
- Ich muss eine kurze Pause machen
- Ich muss mich hinlegen
- Etwas anderes, nämlich\_\_\_\_\_.

**13. Was hilft bei Deinen Kopfschmerzen am besten?**

- (Du kannst mehrere Kreuze machen)
- kühlen des Kopfes
- hinlegen/entspannen
- das Zimmer abdunkeln
- ablenken
- Schmerzmittel
- Etwas anderes, nämlich\_\_\_\_\_.

**Teil 2** (bitte von Mutter/Vater ausfüllen lassen)

**1. Hat ihr Ihr/e Tochter/Sohn gegen ihre/seine Kopfschmerzen eine Medizin bekommen?**

- Nein
- Ja, nämlich\_\_\_\_\_

**2. Wie viele Geschwister leben im Haus?**

\_\_\_\_\_

**3. Lebt Er/Sie zusammen**

- mit Seinen/Ihren Eltern
- mit Seinem/Ihrem Vater
- mit Seiner/Ihrer Mutter
- mit Großeltern/Pflegeeltern

**4. Haben andere Mitglieder/innen Ihrer Familie auch Kopfschmerzen oder Migräne?**

- Großeltern
- Geschwister
- Mutter
- Vater
- Niemand

**5. Werden gemeinsame Unternehmungen mit der Familie (z.B Ausflüge) wegen der Kopfschmerzen öfter abgesagt?**

- Ja
- Nein