

Bitte bringen Sie den Fragebogen auf jeden Fall zu Ihrem ersten Arzt- oder Therapeutenbesuch mit.

Vorname/Name

Wenden Sie Hormone an? Welche?

Ihr Geburtsdatum?

TT MM JJJJ

Tablette Gel Pflaster Depotspritze

Sind Ihre Hormone in Balance?

Markieren Sie im Fragebogen die Beschwerden (Symptome), die Sie stören oder die schon lange bei Ihnen bestehen. Sollten zwei oder mehrere dieser Anzeichen bei Ihnen zutreffen, ist dies ein Zeichen, dass Sie eine Untersuchung bei Ihrem Arzt oder Therapeuten und auch einen Labortest dieser betreffenden Hormone sinnvoll sein können.

Anleitung:

1. Lesen Sie sorgfältig die Symptome in jeder Gruppe durch und markieren Sie das auf Sie zutreffende Symptom. Sie dürfen auch mehrere Beschwerden in einer Gruppe markieren.
2. Nachdem Sie alles überprüft haben, gehen Sie an den Anfang zurück und zählen Sie die Markierungen in jeder Gruppe. In jeder Gruppe, in der Sie zwei oder mehr Symptome gezählt haben, besteht die Möglichkeit, dass die entsprechende Hormonstörung bei Ihnen vorliegen kann.
3. Je mehr Symptome auf Sie zutreffen, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit dafür, dass dieser Problembereich auf Sie zutrifft. Auch kann es vorkommen, dass mehr als eine Gruppe der Hormonstörung bei Ihnen der Grund für vielfältige Beschwerden sein kann.
4. Am Ende des Fragebogens können Sie nachlesen, welche Störung in der Hormonalbalance auf Sie zutreffen könnte.

Gruppe A

- Schlafstörungen
- Depressionen
- Angst
- Nervosität
- Reizbarkeit
- Kopfschmerzen

Summe Gruppe A

Gruppe B

- prämenstruelles Syndrom (PMS)
- Fehlgeburten
- schwere, gespannte Brüste
- unerklärbare Gewichtszunahme (insb. Taille)
- geschwollener Bauch, Beine, Arme, Finger
- zyklusbedingte Kopfschmerzen
- Fertilitätstörung (unerfüllter Kinderwunsch)
- verminderte Libido
- Angstzustände
- Ein- und Durchschlafstörungen
- Muskelschwäche

Summe Gruppe B

Gruppe C

Hitzewallungen	<input type="radio"/>
Nachtschweiß	<input type="radio"/>
vaginale Trockenheit	<input type="radio"/>
schmerzhafter Sexualverkehr	<input type="radio"/>
Blutungsunregelmäßigkeiten	<input type="radio"/>
geringe oder keine Menstruation	<input type="radio"/>
kleine Fältchen um Mund, Augen,Hände	<input type="radio"/>
lethargische Depressionen	<input type="radio"/>
Konzentrationschwäche	<input type="radio"/>
Weinerlichkeit	<input type="radio"/>
Knochenschwund/Osteoporose	<input type="radio"/>
Inkontinenz	<input type="radio"/>
häufige Blasenentzündung	<input type="radio"/>
Herzklopfen	<input type="radio"/>

Summe Gruppe C **Gruppe D**

Blutungsunregelmäßigkeiten	<input type="radio"/>
starke Monatsblutungen	<input type="radio"/>
Gebärmutterhals-Veränderungen	<input type="radio"/>
deutl. Gewichtszunahme (insb. Hüften)	<input type="radio"/>
Süßappetit	<input type="radio"/>
Wasseransammlungen	
Frösteln und Kältegefühl	<input type="radio"/>
gespannte Brüste	<input type="radio"/>
Migräne	<input type="radio"/>
Stimmungsschwankungen	<input type="radio"/>
Überempfindlichkeit	<input type="radio"/>
ängstliche Depressionen	<input type="radio"/>
Schlaflosigkeit	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>
Flush – spontane Gesichtsrötung	<input type="radio"/>
Gallenblasenprobleme	<input type="radio"/>
fibrocystisches Brustgewebe (Knötchenbildung)	<input type="radio"/>
Eierstockzysten	<input type="radio"/>
Reiz-Darm-Syndrom	<input type="radio"/>

Summe Gruppe D **Gruppe E**Kombination der Symptome aus **Gruppe B** und **D**

Falls Sie zwei oder mehr Beschwerden jeweils aus beiden Gruppen angekreuzt haben, kann Gruppe E auf Sie zutreffen.

Summe Gruppe E **Gruppe F**

Vermehrung der Gesichtsbehaarung	
Vermehrung der Körperbehaarung	<input type="radio"/>
Haarausfall evtl. mit	<input type="radio"/>
Geheimratseckenbildung	<input type="radio"/>
Akne, fettige Haut	<input type="radio"/>
Eierstockzysten, polycystisches Ovar	<input type="radio"/>
Syndrom Mittelschmerz	<input type="radio"/>
Fertilitätsstörung	<input type="radio"/>
Erhöhung der Triglyceride (freie Fettsäuren im Blut)	<input type="radio"/>
Blutzuckerschwankungen	<input type="radio"/>

Summe Gruppe F **Gruppe G**

verminderte Libido	<input type="radio"/>
vaginale Trockenheit	<input type="radio"/>
schmerzhafter Sexualverkehr	<input type="radio"/>
Inkontinenz	<input type="radio"/>
Knochenschwund/Osteoporose	<input type="radio"/>
verminderte Muskelmasse	<input type="radio"/>
Fibromyalgie (Weichteil-Rheumatismus)	<input type="radio"/>
dünne Haut	<input type="radio"/>
Konzentrationsstörungen	<input type="radio"/>
Gedächtnisschwäche	<input type="radio"/>
Müdigkeit	<input type="radio"/>
Verlust von Initiative und emotionaler Stärke	<input type="radio"/>
Herzklopfen	<input type="radio"/>

Summe Gruppe G

Gruppe H

Knochenschwund/Osteoporose	<input type="radio"/>
Gewichtszunahme Taille	<input type="radio"/>
verminderte Muskelmasse	<input type="radio"/>
dünne Haut	<input type="radio"/>
Brustkrebs	<input type="radio"/>
Stress	<input type="radio"/>
Gedächtnisschwäche	<input type="radio"/>
Müdigkeit	<input type="radio"/>
Frösteln und	<input type="radio"/>
Kältegefühle Herzklopfen	<input type="radio"/>
Süßappetit	<input type="radio"/>
verminderte Libido	<input type="radio"/>
Haarverlust	<input type="radio"/>
vermehrte Gesichtsbehaarung	<input type="radio"/>
vermehrte Körperbehaarung	<input type="radio"/>
Akne	<input type="radio"/>

Summe Gruppe H **Gruppe I**

verminderte Konzentration	<input type="radio"/>
Blutzuckerschwankungen	<input type="radio"/>
Süßappetit	<input type="radio"/>
Allergien	<input type="radio"/>
Stress	<input type="radio"/>
Müdigkeit	<input type="radio"/>
Frösteln und Kältegefühle	<input type="radio"/>
Herzklopfen	<input type="radio"/>
niedriger	<input type="radio"/>
Blutdruck Arthritis	<input type="radio"/>
Schmerzen	<input type="radio"/>
vermehrt braune Flecken auf der	<input type="radio"/>
Haut	<input type="radio"/>
trockene Haut	<input type="radio"/>

Summe Gruppe I **Ergebnisse**Summe Gruppe A Summe Gruppe B Summe Gruppe C Summe Gruppe D Summe Gruppe E Summe Gruppe F Summe Gruppe G Summe Gruppe H Summe Gruppe I

Sollten Sie zwei oder mehr Symptome in einer Gruppe angekreuzt haben, ist dies ein Hinweis auf eine Störung in dem betreffenden Problembereich!

Lesen Sie bei der oder den Gruppen mit den meisten Punkten nun nach, welche Störung in der Hormonbalance auf Sie zutreffen könnte und welche Folgeuntersuchungen eventuell sinnvoll für Sie wären.