

Name _____

Datum _____

Checkliste für grippale Erkrankungen

Damit eine homöopathische Arzneimittelbestimmung durchgeführt werden kann, müssen alle Veränderungen des Befindens, die im Laufe der aktuellen Erkrankung aufgetreten sind, exakt erfasst werden. Notieren Sie im **Feld Hauptsymptome** die Symptome so genau wie möglich.

Hauptsymptome: (z. B. Kopfschmerz, Schmerzen beim Schlucken, Gliederschmerzen, Durstlosigkeit)

Als nächstes notieren Sie bitte die zutreffenden Modalitäten und Symptome

Freie Luft/Wetter/Kälte/Einhüllen

- Im Freien verschlimmert/bessert
- Verlangen freie Luft/Abneigung
- Wetter kalt/feucht-kalt verschlimmert/bessert
- Wetter feucht verschlimmert/bessert
- Wetter trocken verschlimmert/bessert
- Kälte verschlimmert/bessert
- Kaltwerden verschlimmert/bessert
- Wärme verschlimmert/bessert
- Warmeinhüllen verschlimmert/bessert
- Entblößung verschlimmert/bessert
- Zimmerwärme verschlimmert/bessert
- Warmwerden im Bett verschlimmert/bessert
- Beim/Nach Schwitzen verschlimmert/gebessert
- Hitze/Schweiß mit Neigung zu Entblößung
- Hitze/Schweiß mit Abneig- gegen Entblößung
- Umschläge, feuchte verschlimmert/bessern
- Nasswerden/Durchnässung verschlimmert
- Wind/Zugluft verschlimmert

Position

- Liegen verschlimmert/bessert
- Liegen auf schmerzhafter Seite verschlimmert/bessert
- Umdrehen im Bett verschlimmert/bessert
- Sitzen verschlimmert/bessert
- Sitzen krumm verschlimmert/bessert
- Stehen verschlimmert/bessert
- Bücken verschlimmert/bessert
- Aufstützen der Gliedmaßen verschlimmert/bessert
- Muskeln schlaff/straff

Bewegung/Ruhe

- Verlangen Bewegung/Abneigung
- Bewegung verschlimmert/bessert
- Bewegung Kopf/Augen verschlimmert
- Kopfschütteln verschlimmert/bessert
- Gehen verschlimmert/bessert
- Auftreten hart verschlimmert/bessert
- Anstrengung körperlich verschlimmert/bessert
- Anstrengung geistig verschlimmert/bessert
- Fahren im Wagen verschlimmert/bessert
- Ruhe verschlimmert/bessert

Schlaf

- Nach Hinlegen verschlimmert/bessert
- Beim Einschlafen verschlimmert/bessert
- Während Schlaf verschlimmert/bessert
- Beim Erwachen verschlimmert/bessert
- Beim/Nach Aufstehen vom Bett verschlimmert/bessert

Seitenbeziehungen

- innerer Kopf links/rechts
- äußerer Kopf links/rechts
- Äußerer Hals links/rechts
- Nase links/rechts
- Ohr links/rechts
- Mund links/rechts
- Brust links/rechts

Augen

- Bindehaut
- Augenlider allg./Oberlider/Unterlider/innere Lidfläche/Lidränder
- Tränen der Augen

Sehen

- Licht verschlimmert/bessert
- Dunkelheit verschlimmert/bessert
- Augenschließen verschlimmert/bessert
- Sehen angestrengt verschlimmert/bessert
- Lesen verschlimmert/bessert

Nase/Mund/Hals

- Fliessschnupfen/Stockschnupfen
- Schnupfen blutig/dick/eitrig/gelb/grün/scharf/schleimig/übelriechend/wässrig/zäh
- Schnäuzen verschlimmert
- Nasenbluten hellrot/dunkel/geronnen
- Geruchssinn verändert, Geruchstäuschungen
- Geruchssinn empfindlich/vermindert
- Geschmack verändert (bitter) fein/schwach/verloren
- Stimme heiser/mangelnd/unrein/stimmlos
- Mundgeruch
- Drüenschwellung rechts/links

Ohren

- Verstopftheitsgefühl der Ohren
- Absonderung aus Ohr allg./Blut/Eiter

Essen/Trinken/Sprechen

- Schlucken verschlimmert/bessert
- Beim/nach Essen verschlimmert/bessert
- Nahrungsmittel (NM), Kaltes verschlimmert/bessert
- Nach Trinken verschlimmert/bessert
- NM, Wasser kaltes, verschlimmert/bessert
- Durst/Durstlosigkeit
- Hunger/Appetitlosigkeit
- Speichelvermehrung/-Verminderung
- Sprechen verschlimmert/bessert

Atmen und Husten/Lunge

- Atmen schnell/langsam
- Einatmen verschlimmert/bessert
- Ausatmen verschlimmert/bessert
- Tiefatmen verschlimmert/bessert
- Atemversetzung (kann nicht tief einatmen)
- Husten trocken/mit Auswurf
- Auswurf blutig/eitrig/gelb/grünlich/scharf-wundmachend/schleimig/wässrig/zäh
- Auswurf Geschmack bitter/fade/faul/metallisch/salzig/sauer/süß/widrig
- Husten morgen mit/abends ohne Auswurf
- Husten abends mit/morgens ohne Auswurf
- Husten tags mit/nachts ohne Auswurf
- Husten nachts mit/tags ohne Auswurf
- Niesen verschlimmert/besser
- Puls langsam/schnell

Empfindungen

- Berührung verschlimmert/bessert
- Druck, äußerer, verschlimmert/bessert
- Reiben (massieren) verschlimmert/bessert
- Drücken von außen herein/innen heraus
- Stechen von außen herein(innen heraus)
- Stechen herauf/herunter
- Völlegefühl innerer Teile

Gemütsveränderungen

- Gereiztheit/Sanftheit (ungewöhnlich)
- Traurigkeit/Fröhlichkeit (ungewöhnlich)
- Alleinsein verschlimmert/bessert
- Gesellschaft verschlimmert/bessert

weitere, im Fragebogen nicht aufgeführte Symptome (freie Formulierung)