



## Anamnese-Bogen - Erstgespräch

### Allgemeine Informationen

Name:

Geburtsdatum:

Adresse:

E-Mail:

Tel:

Beruf (Art der Tätigkeit):

Arbeitszeiten:

Kinder (wie viele und Alter):

Datum:



## Aktuelle Beschwerden

Welche Probleme/Beschwerden/Krankheiten liegen aktuell vor (alles, was dir dazu einfällt, egal ob physisch oder psychisch)?

Seit wann bestehen diese?

Was verschlimmert/verbessert diese?

Was wurde bezüglich der Symptome / Krankheitsgeschichte schon an Diagnostik / Therapie durchgeführt?

Sind in der Familie spezielle Krankheiten bekannt?



## Subjektive Anamnese

Wie würdest du deinen aktuellen Gesundheitszustand beschreiben?

Wie fühlt sich für dich ein optimaler Gesundheitszustand an?

Was fehlt dir aktuell, um in diesen Zustand zu kommen?

Werden Medikamente eingenommen und wenn ja, welche und seit wann?



## Spezielle Anamnese

Verdauung/Stuhlgang (Häufigkeit, Konsistenz...)

Urinausscheidung (Farbe, Häufigkeit...)

Menstruation (Zykluslänge, Stärke, Dauer, Beschwerden)

Bewegung und Sport im Alltag (welche Art? Häufigkeit, Regelmäßigkeit)

Appetit (viel, wenig...)

Gewicht (konstant oder wechselnd)

Schlaf (Qualität, Dauer, Probleme)

Konsum von Genussmitteln (Alkohol, Koffein, Nikotin)



## Ernährung

Wie sieht ein typischer Tag in Bezug auf die Mahlzeiten aus? *(Bitte ausführlich antworten)*

Frühstück

Mittagessen

Abendessen:

Zwischenmahlzeiten:

In Bezug auf die Getränke? Wieviel und welche Art von Getränken? Viel oder wenig Durst?

Bist du zufrieden mit deinem aktuellen Gewicht?

Ernährung im Allgemeinen (vegetarisch, vegan, Unverträglichkeiten, Allergien)

Welche Bedeutung hat Essen für dich?



## Psychoemotionale Anamnese

Wie geht es dir aktuell? Fühlst du dich gestresst (Job, Privatleben, Beziehung, allgemein)

Was macht dir besonders viel Freude im Leben?

Hobbies

## Weitere Fragen

Leidest du häufiger unter Müdigkeit?

Hast du öfter einen schlechten Geschmack im Mund oder eine belegte Zunge?

Ist deine Verdauung eher träge?



Neigst du zu Hautunreinheiten?

Leidest du häufiger unter diffusen Kopfschmerzen?

Kannst du dir erklären, woher diese Beschwerden kommen könnten?

Sollte ich sonst noch etwas wissen?