

# Checkliste für akute Kopfschmerzen und Schwindel

Copyright 2011 Dr. med. Heiner Frei, CH-3177 Laupen

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 hier zunächst das, was Ihnen am meisten auffällt:

**Hauptsymptome** (z.B. Kopfschmerzen halbseitig, rechts, drückend, Lichtempfindlichkeit)

*Als nächstes notieren Sie bitte die zutreffenden Modalitäten und Symptome.*

## *Freie Luft/Wetter/Kälte/Einhüllen*

- Im Freien verschlimmert/besser
- Verlangen freie Luft/Abneigung
- Wetter kalt/feucht-kalt verschlim./bessert
- Wetter feucht verschlimmert/bessert
- Wetter trocken verschlimmert/bessert
- Kälte verschlimmert/bessert
- Kaltwerden verschlimmert/bessert
- Wärme verschlimmert/bessert
- Warmeinhüllen verschlimmert/bessert
- Warmeinhüllen des Kopfes verschlim./bessert
- Entblössung verschlimmert/bessert
- Zimmerwärme verschlimmert/bessert
- Beim/Nach Schwitzen verschlimmert/gebessert
- Umschläge, feuchte, verschlimmern/bessern

## *Position*

- Liegen verschlimmert/bessert
- Liegen auf schmerzhaft Seite v./b.
- Lagewechsel verschlimmert/bessert
- Sitzen verschlimmert/bessert
- Sitzen krumm verschlimmert/bessert
- Stehen verschlimmert/bessert
- Bücken verschlimmert/bessert
- Muskeln schlaff/straff

## *Bewegung/Ruhe*

- Verlangen Bewegung/Abneigung
- Bewegung verschlimmert/bessert
- Kopfschütteln verschlimmert/bessert
- Fahren im Wagen verschlimmert/bessert
- Gehen verschlimmert/bessert
- Laufen (Joggen) verschlimmert/bessert
- Auftreten hart verschlimmert/bessert
- Anstrengung körperlich verschlimmert/bessert
- Anstrengung geistig verschlimmert/bessert
- Ruhe verschlimmert/bessert

## *Essen/Trinken/Sprechen*

- Beim/nach Essen verschlimmert/gebessert
- Nahrungsmittel (NM), Kaltes, verschlim./b.

- Nach Trinken verschlimmert/gebessert
- NM, Wasser kaltes, verschlimmert/bessert
- NM, Alkohol/Bier/Wein verschlimmert/bessert
- NM, Kaffee verschlimmert/bessert
- Durst/Durstlosigkeit
- Hunger/Appetitlosigkeit
- Speichelvermehrung/-Verminderung
- Sprechen verschlimmert/bessert

## *Schlaf*

- Nach Hinlegen verschlimmert/gebessert
- Beim Einschlafen verschlimmert/gebessert
- Während Schlaf verschlimmert/gebessert
- Beim Erwachen verschlimmert/gebessert
- Beim/Nach Aufstehen vom Bett v./b.

## *Sehen*

- Licht verschlimmert/bessert
- Dunkelheit verschlimmert/bessert
- Augenschliessen verschlimmert/bessert
- Pupillen erweitert/verengt
- Sehen angestrengt verschlimmert/bessert
- Lesen verschlimmert/bessert

## *Seitenbeziehungen*

- Seite links/rechts
- Innerer Kopf links/rechts
- Äusserer Kopf links/rechts
- Gesicht links/rechts
- Auge links/rechts

## *Empfindungen*

- Berührung verschlimmert/bessert
- Druck, äusserer, verschlimmert/bessert
- Reiben verschlimmert/bessert
- Geruchsinn empfindlich/vermindert
- Niesen verschlimmert/bessert

## *Gemütsveränderungen*

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

