



Kopfschmerzfragebogen für Jugendliche

Dr. med. Thorsten Fröhlich
Kinder- und Jugendarzt

Neonatologe · Kinder-Rheumatologie
Kinder-Gastroenterologie · ADHS-Sprechstunde

Name/Geb.: _____

Datum: _____

Wann hastest Du zum ersten Mal Kopfschmerzen?

- erst seit kurzem (bis zu einem Jahr)
- seit ich in der Schule bin
- schon als kleines Kind
- weiß ich nicht

Wie lange dauern die Schmerzen?

- ganz kurz
- einen halben Tag
- den ganzen Tag
- länger als ein Tag

Wann beginnen die Schmerzen?

- beim Aufwachen
- am Morgen
- am Nachmittag
- erst abends
- in der Nacht

Wie empfindest Du den Schmerz?

- pochend krampfartig
- stechend dröhnend
- drückend

Wie stark sind Deine Schmerzen?

- es tut wenig weh
- sie sind mittelstark
- sie sind sehr stark
- ich kann sie kaum aushalten

Wie oft hast Du Kopfschmerzen?

- jeden Tag
- jede Woche
- jeden Monat
- seltener

Gibt es einen bestimmten Zeitpunkt, wann der Schmerz auftritt?

- nach der Schule
- nach dem Sport
- wenn ich erkältet bin
- wenn ich nicht genug geschlafen habe
- an besonders stressigen Tagen
- beim Fernsehen/Computer spielen
- wenn ich traurig bin oder mich ärgere
- bei Mädchen: während der Regelblutung
- sonstiges: _____
- es gibt keinen typischen Zeitpunkt

Wo sitzt der Schmerz?

- überall
- nur auf einer Kopfseite
- hinter den Augen
- hinter der Stirn
- in den Schläfen
- am Hinterkopf
- im Nacken

Hast Du bei Kopfschmerzen noch weitere Beschwerden?

- Übelkeit
- Erbrechen
- Bauchschmerzen
- Schwindel
- mich stört helles Licht
- mich stören laute Geräusche
- ich sehe Sternchen vor den Augen
- ich habe ein komisches Gefühl in der Hand
- ich habe Schwierigkeiten beim Sprechen

Was machst Du in der Regel, wenn die Kopfschmerzen beginnen?

- einfach weiter, mit dem was ich gerade tat
- eine Pause machen, ausruhen
- ein Medikament einnehmen
- etwas anderes _____

Hast Du gegen deine Kopfschmerzen schon mal Medikamente genommen?

- ja, dieses: _____
- nein

Hat das Medikament geholfen?

- ja
- nein

Was hilft Dir sonst bei Kopfschmerzen?

- Kühlen des Kopfes
- Hinlegen/Entspannen
- das Zimmer Abdunkeln
- Ablenken
- etwas anderes _____

Musstest Du Dich wegen deiner Kopfschmerzen schon mal krankmelden oder aus der Schule geholt werden?

- ja, regelmäßig
- ja, vereinzelt
- nein, bisher noch nicht

Wie viele Stunden verbringst Du in der Regel mit Medien (Handy/PC/Tablet)?

_____ h pro Tag oder _____ h pro Woche

Wie viel Bewegung/sportliche Aktivität hast Du am Tag bzw in der Woche?

_____ h pro Tag oder _____ h pro Woche



Dr. med. Thorsten Fröhlich
Kinder- und Jugendarzt

Neonatologie · Kinder-Rheumatologie
Kinder-Gastroenterologie · ADHS-Sprechstunde