



Dein Name: .....

Dein Geburtsdatum: .....

Welche Schule besuchst Du? .....

In welche Klasse gehst Du? .....

## **Kopfschmerz-Fragebogen für Kinder und Jugendliche**

**1. Wann hattest Du zum ersten Mal Kopfschmerzen?**

- erst seit einiger Zeit (in diesem Jahr)
- seit ich in der Schule bin
- schon als kleines Kind
- weiß ich nicht

**2. Wie oft hast Du Kopfschmerzen?**

- jeden Tag
- jede Woche
- jeden Monat
- seltener

**3. Wie lange dauern die Kopfschmerzen?**

- nur kurze Zeit
- den halben Tag
- den ganzen Tag
- länger als ein Tag

**4. Wann beginnen die Kopfschmerzen?**

- beim Aufwachen
- während des Morgens
- am Nachmittag
- abends
- in der Nacht

**5. Wo sitzt der Schmerz?**

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

**6. Wie empfindest Du den Schmerz?**

- pochend
- stechend
- drückend
- krampfartig
- dröhnend

**7. Wie stark sind Deine Schmerzen?**

- es tut wenig weg
- sie sind mittelstark
- ich kann sie kaum aushalten

**8. Hast Du bei Kopfschmerzen noch andere Beschwerden?**

- mir ist dabei übel
- ich muss erbrechen
- ich habe Bauchweh
- mir wird schwindelig
- 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

**9. Wann treten die Kopfschmerzen vor allem auf?**

- wenn ich Sport treibe
- wenn ich nicht genug geschlafen habe
- wenn ich erkältet bin
- in der Schule
- beim Fernsehen/Computerspielen
- bei Wetterwechsel
- wenn ich traurig bin oder mich ärgere
- vor oder nach Klassenarbeiten
- bei anderen Gelegenheiten .....

**10. Was machst Du normalerweise, wenn die Kopfschmerzen beginnen?**

- ich mache das weiter, was ich gerade tue
- ich muss eine Pause einlegen
- ich muss mich hinlegen
- etwas anderes .....

**11. Was hilft Dir bei Deinen Kopfschmerzen?**

- Kühlen des Kopfes
- hinlegen/entspannen
- das Zimmer abdunkeln
- ablenken
- Schmerzmittel
- etwas anderes .....

**12. Hast Du gegen Deine Kopfschmerzen schon einmal Medikamente bekommen?**

- nein
- ja