

Mitochondrialer Fragebogen

(HWS-Syndrom, CFS, Krebserkrankungen und andere Erkrankungen)

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Morgendliche Beschwerden				
Benommenheit, Kopfleere, lange Anlaufzeit				
Inappetenz zum Frühstück				
Konjunktivalrötung, geplatzte Bindehautgefäße einseitig				
kratzig-heisere, belegte Stimme				
Nuchaler(Nackenschmerz) Kopfschmerz mit Ausstrahlung (occipital, parietal) hinter und in die Augen				
Lidödeme				
steife, klamme Gelenke, Schwellung der Finger				
verstopfte Nase, Nieszwang				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Mentale/kognitive/neurologische Symptome				
allgemein				
Ataxien(Störungen der Bewegungskoordination und Gleichgewichtsregulation), Anstoß-, Stolperneigung, Drall beim Gehen, Kurve schlecht kriegen				
Benommenheitszustände				
Durchschlafstörungen				
eingeschränkte Parallelhandlungsfähigkeit (Gehen und Reden, Lesen, Essen und Reden)				
eingeschränkte Kurzzeitgedächtnis				
gesteigerte Empfindlichkeit gegen Zugluft (Nacken, Gesicht)				
gestörte Feinmotorik				
Konzentrationsstörungen				
Kopfschmerzen vom Spannungstyp				
leichte Ablenkbarkeit				
mentale, kognitive Einbußen				
Migräne				
Orthographiefehler (Rechtschreibfehler)				
Schnarchen / Apnoe (Atemstillstand)				
Schwindel, Gleichgewichtsstörungen				
Schwindelauslösung durch: <ul style="list-style-type: none"> - Überkopfarbeiten - schnelles Kopfdrehen - schnelle Bildfolgen (TV, Straßenverkehr) - bei fehlenden visuellen Fixationspunkten - Augenbewegung 				
Sprachstörungen (Wortfindung, Wortwahl, Zungenartikulation)				
starke Stressempfindlichkeit (bevorstehende Termine, Besuche)				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
peripheres Nervensystem				
burning feet (brennende Füße)				
Abrupte Stürze (Hüfte, Knie-, Sprunggelenke)				
Dystonien (Bewegungsstörungen) in Ruhe und nachts				
Fascikulieren der Muskeln				
Fuß-, Fersenschmerzen beim Gehen, Laufen, Radfahren				
Kribbelparaesthesien				
periphere Polyneuropathie (Kribbeln, Schmerzen und Lähmungen in den Armen und Beinen)				
saltierende (springende) Taubheit: Gesicht, Arme, Hände, Oberschenkel, Thorax				
Taubheit der Finger, Arme, Beine, Rumpf, Gesicht, saltierend (springend) und seitenbetont				
temporäre Lähmungszustände < 24 h Dauer (Gesicht, Arme, Beine)				
unklare Schmerzen Thorax, Rücken, Ober-, Unterschenkel				
unruhige Füße				
Augen				
Blend-, Lichtempfindlichkeit				
Brille passt mal, passt mal nicht				
Brillenverordnung				
eingeschränktes räumliches Sehen				
Gesichtsfeldausfälle				
Konjunktival- (Bindehaut) <ul style="list-style-type: none"> - Rötung - Blutung - Ulcerationen (Geschwüre) 				
Lichtblitze				
Liegen und Lesen unmöglich				
Mouches volantes (fliegende Mücken)				
nach längerem Lesen: <ul style="list-style-type: none"> - Bulbusschmerzen (Augapfelschmerz) - Verschwimmen der Schrift - Wegspringen der Zeilen 				
Nachtblindheit, Dämmerungssehen eingeschränkt				
Schleier-, Verschwommenheit				
Schleier-, Verschwommenheitssehen mit Schwindel, Übelkeit, Denk-, Sprachschwierigkeiten, Müdigkeit, Erschöpfung (= Arteria-basilaris-Syndrom)				
Sicca-Syndrom Augen (Trockenes Auge)				
verzögerte Adaptation bei Lichtwechsel oder Fern-, Nahsehen				
Visusstörungen (Sehschärfe)				
Visusstörungen mit Schwindel, Übelkeit (Arteria-basilaris-Syndrom)				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Ohren				
Druckgefühl im Ohr				
eingeschränktes Hören bei Hintergrundgeräuschen				
Gehörgangs- <ul style="list-style-type: none"> - Jucken - Ekzem - gesteigerte Schmalzbildung 				
heftige, einschießende Ohrenschmerzen				
Hörsturz				
Lärm, Geräusche bis hin zu Phonophobie, besonders Hochtonüberempfindlichkeit, teilweise schmerzhaft				
Otitis media (Mittelohrentzündung)				
Tinnitus				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Haut-, Bindegewebe				
Alopecie (Haarausfall)				
Brüchige Nägel				
Chloasma und bräunliche Narben				
Ekzeme, Akne <ul style="list-style-type: none"> - Psoriasis vulgaris - Rosacea - Lichen - Akne 				
Hornschwielen an Fersen, Fußballen				
Insektenstichüberreaktionen				
Längs-, Querrillen der Nägel				
schmerzhaftes spontanes Platzen kleiner Äderchen an den Fingergelenken				
Schwitzneigung <ul style="list-style-type: none"> - gering - stark 				
Sonnenlicht-Unverträglichkeit Erythembildung, Pusteln und Ekzeme				
temporär starke Hautblässe				
Trockenheit				
Urticaria (Hautausschlag)				
Verlust der Halbmonde der Nägel				
verzögerte Wundheilung				
Weißfleckennägel				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Psychische Symptome				
Alb-, Angstträume				
Ängste (vor Höhe, Tunnel, Raum, Menschen), Panikattacken				
Ängste als Pkw-Beifahrer/in				
Antriebs-, Agilitätseinbuße				
Depressive Phasen				
- ohne Behandlung				
- mit Behandlung				
gesteigerte Reizbarkeit				
Psychosen, schizoide Reaktionen				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Herz-Kreislaufsystem				
Belastungsdyspnoe bei schrägen Anstiegen, Tätigkeit in vorgebeugter Haltung, Radfahren				
Extrasystolie (lage-, bewegungsabhängig spontan)				
Herzschmerzen, Stenokardien (durch Stress, Pkw- oder Radfahren)				
Hypotonie, später evtl. Übergang in Normo-, Hypertonie				
Mitralklappenprolaps				
Nächtliche Sympathicusattacken mit Herzjagen, Schweißausbrüchen; das Gefühl, keine Luft zu kriegen				
Steiltyp im EKG (> 30. Lebensjahre)				
Sympathicusattacken mit Herzjagen, Schweißausbruch, Hautblässe tagsüber				
Tachykardie-Attacken Tag/Nacht (Pulsbeschleunigung)				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Atmungsorgane				
Anstrengungsasthma / COPD				
Bronchialbrennen				
chronische Sinusitiden (Stirnhöhlenentzündungen)				
Epistaxis (Nasenbluten meist einseitig)				
Geruchssinn-Einschränkung				
Hüstel-, Räusperzwang, besonders früh und abends				
Hyperreagibles Bronchialsystem				
MCS (multiple Chemikalienüberempfindlichkeit)				
nächtliches Anschwellen der Nase				
Niesattacken am Morgen bei Staub oder durch Luftschadstoffe				
Polypenbildungen				
Schmerzen über den Kieferhöhlen				
Schwellungen über den Kieferhöhlen				
Sicca(trocken)-Syndrom Nase				
Triefnase bei Kälte, Staubexposition, gebückter Haltung oder durch Luftfremdstoffe				
Zuschwellen der Nase durch intolerable Gerüche, Zigarettenrauch				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Verdauungssystem				
allgemein				
chronisches Müdigkeitssyndrom				
Dysphagien: - Globusgefühl - Passagestopps - Ösophaguskrämpfe				
Schluckbeschwerden				
eingeschränkte Nahrungskarenzdauer				
Esszwang alle 2 bis 8 Std.				
erworbenen absolute Alkohol-Unverträglichkeit				
Esszwang nachts				
Gewichtsverlust, stark				
Gewichtszunahme				
Inkonstanz der Nahrungsmittel-Unverträglichkeit				
Intoleranz gegenüber histaminreichen Nahrungsmitteln				
Nahrungsmittelintoleranzen - Fisch - Fleisch - Gluten - Fructose - Lactose				
nur noch vegetarische Kost oder biologische Nahrungsmittel tolerabel				
Müdigkeit nach dem Essen				
Stressempfindlichkeit mit Völlegefühl				
Übelkeit				
Mund				
abfließender Rachenschleim				
Aphthosis (Einrisse, Krusten an der Lippe)				
Bissverletzungen beim Kauen und Reden				
einschießende „Zahnschmerzen“				
Geschmacksirritationen				
Zahnfleischentz., Parodontose Ober- und Unterkiefer u. seitenbetont				
nächtlicher Speichelfluss				
Reflux-Ösophagitis (Entzündung der Speiseröhre)				
rezidivierende Pharyngitis (wiederkehrende Rachenentzündung) mit Schmerzen beim Schlucken, Sprechen				
Rhagaden (spaltförmiger Einriss der Haut)				
Schmerzen der Kiefergelenke und Kaumuskeln (Schnitzelkauen, Zahnarztbesuch)				
Schmerzen durch Fruchtsäuren				
Sicca(trocken)-Syndrom Mund				
temporär erschwerte Zungenartikulation (schwere Zunge beim Sprechen)				
Unverträglichkeit kalter Getränke, Speiseeis (Rachenschmerzen, Stirnkopfschmerzauslösung)				
Zahnwurzelentzündungen				
Zungenbrennen				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Darm				
After-, Enddarmkrämpfe nachts oder nach Stuhlgang				
Colitis ulcerosa (chron. entzündl. Darmerkrankung)				
Colon irritabile (Reizdarm)				
Divertikel (Ausstülpung an Hohlorganen)				
kolikartige Bauchschmerzen				
Meteorismus (Durchfall)				
Morbus Crohn				
Neigung zu Durchfällen mit explosiven Stuhlabgängen				
Obstipation (Verstopfung)				
Schleim-, Blutabgänge unklarer Genese				
Leber				
Gamma-GT-Erhöhung				
Cholesterinerhöhung				
Druckschmerz über Lebergegend bei Pkw-Fahrten, längerem Sitzen				
Gallensteinbildung				
Triglyceriderhöhung (erhöhte Blutfette)				
Pankreas				
Diabetes mellitus				
Hypoglykämie-Attacken (Unterzucker)				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Urogenitalorgane				
Dysmenorrhoea (Regelschmerzen)				
Endometriose (chron. und schmerzhafte Wucherung von Gebärmutter-schleimhaut)				
Harndrangattacken				
Hypermenorrhoeen (Regeltypusstörung)				
Infertilität (Unfruchtbarkeit)				
Kälteempfindlichkeit der Harnblase				
Mastodynie (schmerzhafte Brüste)				
Myome des Uterus (Gebärmutter Myome)				
Nykturie (vermehrt nächtliches Wasserlassen)				
Oligo-, Amenorrhoeen (Funktionsstörungen im Hormonhaushalt,...)				
Ovarialzysten (Eierstockzysten)				
Pollakisurie/Stressinkontinenz (häufiges Wasserlassen)				
Pollakisurie-Phasen (häufiges Wasserlassen)				
Prostata-Vergrößerung				
Sexualstörungen				
- Libidoverlust				
- Schmerzen bei Sexualverkehr				
- Genitalkrämpfe				
Sicca (trocken)-Syndrom Genitale				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Bewegungsapparat				
Bandscheibenschäden und Ischialgien				
Coxarthrosen (Hüftgelenksarthrose)				
Dupuytren-Kontrakturen (Bindegewebeserkrankung der Handinnenfläche)				
Erschütterungsbeschwerden (treppab, Rad-, Pkw-, Bahnfahrten)				
Fibromyalgie-Syndrom (chron. Schmerzkrankung)				
Fuß-, Unterschenkelschmerzen beim Laufen/Radfahren				
Gonarthrosen (Kniegelenksarthrose)				
Heberden-Bouchard-Arthrosen (Arthrose der Finger- mittel – endgelenke)				
HWS-Schmerzen				
kalte Füße/Hände, auch im Sommer				
Karpaltunnel-Syndrom				
Kraftminderung bei Belastungen mit langer Erholungsphasen				
LWS- und Sakralschmerzen				
Muskelkrämpfe und Dyskinesien (Bewegungsstörung)				
Muskelschwäche / Kraftverlust				
Nacken-, Hinterhaupt-, Schulterschmerzen				
Palindrom- Rheumatismus, Gelenkergüsse				
Patello-femorales-Syndrom				
Raynaud-Syndrom ab $< + 5^{\circ} \text{C}$				
saltierende Gelenkschmerzen: Schulter, Ellenbogen, Knie, Hüfte				
Schmerzen in großen Gelenken				
Schmerzen in kleinen Gelenken				
Schulter-Arm-Hand-Syndrom				

	<i>nie</i>	<i>selten</i>	<i>häufig</i>	<i>dauernd</i>
Immunsystem				
Allergien				
Autoimmun-Erkrankungen				
Zoster-Erkrankungen (Gürtelrose)				
fehlende Fieberreaktionen bei Infekten				
Fieberattacken unklarer Ursache				
Herpes labialis, genitalis				
Histadelie-Symptome				
Mykosen – Pilzbefall (peripher, instestinal, urogenital)				
Reaktivierungen von Viren (EBV, HSV, Papillom), Borrelien, Chlamydien				
leicht fieberhaft erhöhte Temperaturen nach körperlich-geistiger Erschöpfung, meist am Abend				

Name:/ Vorname: _____

Geb. Datum: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____