

BESCHREIB DEIN ASTHMA

Damit sich der Lungenfacharzt ein umfassendes Bild Deiner Erkrankung machen kann, sind nachfolgend wichtige Informationen rund um Dein Asthma zusammengestellt. Fülle die Liste aus und nimm sie gegebenenfalls mit zu Deinem Termin. So gehst Du gut vorbereitet in das Gespräch mit dem Lungenfacharzt und kannst die Zeit optimal nutzen.

MEINE SYMPTOME

Nenne die Symptome, die Du am häufigsten spürst, bzw. wie oft sie bei Dir vorkommen.

Erinnere Dich an die letzten 4 Wochen und kreuze zuerst an, was auf Dich zutrifft. Erweitere die Liste bei Bedarf. Überlege dann, ob die Symptome weniger oder häufiger als 2x pro Woche vorkamen bzw. aktuell bestehen. Setze das Kreuz an der zutreffenden Position.

		Weniger als 2x pro Woche	Häufiger als 2x pro Woche
Husten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Engegefühl in der Brust	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kurzatmigkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Atemnot	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pfeifende Ausatmung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonstiges	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hast Du in den letzten 4 Wochen außerdem häufiger als 2x pro Woche Bedarfsmedikamente nehmen müssen (ausgenommen vor sportlicher Aktivität)?

- Ja
- Nein

Überlege, ob Du eine der folgenden Beschwerden in letzter Zeit verstärkt hattest.

Kreuze an, was auf Dich zutrifft und erweitere die Liste bei Bedarf.

- Erschwerte Nasenatmung
- Allergische Symptome (z. B. Juckreiz, Niesreiz, Fließschnupfen, brennende oder geschwollene Augen)
- Hautveränderungen (z. B. Schuppenflechte, Neurodermitis oder anderer juckender Hautausschlag)
- Sodbrennen
- Gliederschmerzen
- Sonstiges: _____

AUSWIRKUNGEN DER ASTHMA-ERKRANKUNG AUF MEINEN ALLTAG

Beschreibe Deinen Alltag mit Asthma so genau wie möglich.

Kreuze an, welche Aussagen auf Dich zutreffen.

- Das Asthma kontrolliert oft meinen Alltag.
- Ich kann im Alltag nicht alles machen, was ich möchte, z. B. Treppensteigen, spontan Freunde treffen, etc.
- Ich bin häufig müde und/oder kann nachts nicht durchschlafen.
- Mir fällt es oft schwer, mich auf eine Sache zu konzentrieren.
- Ich benötige oft Hilfe von anderen, um meinen Alltag zu bewältigen, z. B. beim Einkaufen, Wäsche machen etc.
- Ich fühle mich wegen meines Asthmas oft allein, isoliert, ängstlich oder deprimiert.
- Ich bin oft müde und lustlos. Ich kann mich nicht mehr so einfach zu etwas aufraffen.

Was Dein Facharzt sonst noch über Dich wissen sollte.

Kreuze an, welche Aussagen auf Dich zutreffen.

- Ich musste wegen meines Asthmas schon einmal in die Notaufnahme bzw. ins Krankenhaus.
- Ich fühle mich aufgrund meines Asthmas auf der Arbeit oder in der Schule nicht voll belastbar und habe viele Fehltage deswegen.
- Ich habe das Gefühl, mir hilft nichts, um meine Asthma-Symptome zu kontrollieren.
- Meine Asthma-Anfälle lassen sich schwer vorhersagen.
- Ich habe in den vergangenen 12 Monaten mindestens 2x Kortisontabletten nehmen müssen.
- Bisher habe ich versucht mein Asthma zu bewältigen, indem ich _____

- Mir bereitet Sorgen: _____

- Sonstiges: _____

MEINE FRAGEN

ÜBERLEGE, WELCHE FRAGEN DU BEI DEINEM TERMIN STELLEN MÖCHTEST.

Kreuze die Fragen an, die Du klären möchtest und ergänze die Fragenliste bei Bedarf.

- Wie schwer ist mein Asthma?
 - Wie kann mein Asthma besser kontrolliert werden?
 - Wie lässt sich mein Krankheitsverlauf verbessern?
 - Muss ich ein Leben lang Medikamente nehmen?
 - Welche Therapiemöglichkeiten habe ich?
 - Welchen Nutzen und welche Risiken haben die Therapiemöglichkeiten?
 - Gibt es neue Therapien?
 - Was verbessert sich durch die Behandlung für mich?
 - Mit welchen Nebenwirkungen muss ich bei diesem Medikament rechnen?
 - Was kann ich tun, um mein Wohlbefinden zu steigern?
 - Beeinflussen andere Erkrankungen den Schweregrad meines Asthmas? Wenn ja, was lässt sich da machen?
 - Wo bekomme ich Unterstützung und weitere Informationen?
 - Sonstiges: _____
-

