

Schütz Deinen Kopf!

Fragebogen zu Symptomen nach Gehirnerschütterung

Markieren Sie in der jeweiligen Zeile, ob das Symptom vorhanden ist (1-6) oder nicht (0). Falls dieses Symptom besteht, weisen Sie ihm eine Schwere zu von 1 = leicht bis 6 = maximale Einschränkung.

Symptom	0	1	2	3	4	5	6
Kopfschmerzen	0	1	2	3	4	5	6
„Druck im Kopf“	0	1	2	3	4	5	6
Nackenschmerzen	0	1	2	3	4	5	6
Übelkeit oder Erbrechen	0	1	2	3	4	5	6
Schwindelgefühl / Benommenheit	0	1	2	3	4	5	6
Verschwommenes Sehen	0	1	2	3	4	5	6
Gleichgewichtsprobleme	0	1	2	3	4	5	6
Lichtempfindlichkeit	0	1	2	3	4	5	6
Geräuschempfindlichkeit	0	1	2	3	4	5	6
Gefühl „verlangsamt / langsam zu sein“	0	1	2	3	4	5	6
Gefühl „wie im Nebel / benebelt zu sein“	0	1	2	3	4	5	6
„Etwas stimmt nicht mit mir“	0	1	2	3	4	5	6
Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren	0	1	2	3	4	5	6
Schwierigkeiten, sich zu erinnern	0	1	2	3	4	5	6
Erschöpfung / Ermüdung / wenig Energie	0	1	2	3	4	5	6
Verwirrtheit	0	1	2	3	4	5	6
Benommenheit / Schläfrigkeit	0	1	2	3	4	5	6
Schwierigkeiten einzuschlafen	0	1	2	3	4	5	6
Emotionaler als gewohnt	0	1	2	3	4	5	6
Reizbarkeit	0	1	2	3	4	5	6
Traurigkeit	0	1	2	3	4	5	6
Nervös oder ängstlich	0	1	2	3	4	5	6

nach: McCrory P, Meeuwisse W, Aubry M, Cantu B, Dvorák J, Echemendia R, Engebretsen L, Johnston K, Kutcher J, Raftery M, Sills A, Benson B, Davis G, Ellenbogen R, Guskiewicz K, Herring S, Iverson G, Jordan B, Kissick J, McCrea M, et al. Consensus statement on concussion in sport: the 4th International Conference on Concussion in Sport held in Zurich, November 2012. Br J Sports Med (2013). 47: 250-258.