

Fragebogen Streßbelastung

Patient/in

Geburtsdatum

Datum

Streßbelastung als Ursache von Funktionsstörungen

Redensarten wie »die Zähne zusammenbeißen« oder »etwas knirschend hinnehmen« sind Ausdruck der Tatsache, daß der Mensch die Zähne nicht ausschließlich zur Nahrungsaufnahme gebraucht. Tatsächlich werden Angelegenheiten wie das Knirschen und Pressen mit den Zähnen auch zur Bewältigung von Streßsituationen eingesetzt. In Verbindung mit bestimmten Zahnformen und Zahnstellungen können hierdurch unter Umständen schmerzhaft Funktionsstörungen des Kauorgans entstehen. Um die Streßbelastung der persönlichen Lebenssituation besser abschätzen zu können, haben die Autoren HOLMES

und RAHE einen Vorläufer des nachfolgenden Fragebogens entwickelt. Bitte markieren Sie darauf die Ereignisse mit einem [X], die vor oder während Ihrer Beschwerden aufgetreten sind. Für die zahnärztliche Diagnostik sind nicht die Inhalte einzelner Antworten, sondern die daraus resultierende Gesamtbelastung von Bedeutung. Wir möchten Sie bitten, den Fragebogen selbst auszuwerten. Hierzu sind die Punktzahlen der Antworten im Auswertungsbereich kopfüber abgedruckt. Tragen Sie bitte die Summe der Einzelwerte in das vorbereitete Feld ein und bringen Sie diesen Abschnitt zum nächsten Behandlungstermin mit.

Familiäres Umfeld

	Nr.
Tod des Lebenspartners / der Lebenspartnerin	43
Tod eines nahen Familienmitglieds	42
Tod eines nahen Freundes / einer nahen Freundin	41
Verletzung oder Krankheit	40
Veränderungen der Schlafgewohnheiten	39
Veränderungen der Eßgewohnheiten	38
Sexuelle Schwierigkeiten	37
Schwangerschaft	36
Vergrößerung der Familie	35
Erkrankung eines Familienmitglieds	34
Hochzeit	33
Scheidung	32
Trennung ohne Scheidung	31
Wiederversöhnung nach Streit mit Lebenspartner	30
Veränderung in der Anzahl der Auseinandersetzungen mit dem Lebenspartner	29
Schwierigkeiten mit Verwandten des Lebenspartners	28
Sohn oder Tochter verlassen die Familie	27
Veränderung der Anzahl der Familienzusammenkünfte	26
Lebenspartner tritt wieder ins Berufsleben ein oder hört auf	25
Außergewöhnliche persönliche Belastung	24
Veränderung in den Lebensumständen	23
Schulbeginn oder -abschluß	22
Schulwechsel	21
Aufgabe persönlicher Gewohnheiten	20
Umzug	19
Ferien	18
Weihnachten	17

Äußere Faktoren

	Nr.
Gefängnisstrafe	16
Kleinere Gesetzesverstöße	15
Verlust des Arbeitsplatzes	14
Pensionierung	13
Berufliche Veränderung	12
Veränderung in den beruflichen Aufgaben	11
Wechsel an einen Arbeitsplatz mit ungewohnter Tätigkeit	10
Veränderungen in den Arbeitszeiten oder -bedingungen	9
Schwierigkeiten mit dem Chef / der Chefin	8
Veränderungen im finanziellen Bereich	7
Aufnahme eines größeren Kredites	6
Aufnahme eines kleineren Kredites	5
Verfallen eines Kredites oder eines Darlehens	4
Veränderungen im Freizeitbereich	3
Veränderungen in den sozialen Aktivitäten	2
Veränderungen in den kirchlichen Aktivitäten	1

Auswertung

In dem untenstehenden Schema finden Sie die Punktzahlen zu den Fragen nach dem Schema »Frage«Punkte». Bitte addieren Sie die Punktzahlen der von Ihnen angekreuzten Fragen, notieren Sie die Summe auf dem Abschnitt und bringen Sie ihn zum nächsten Termin mit.

1	19	9	20	17	12	25	26	33	50	41	37
2	18	10	36	18	13	26	15	34	45	42	63
3	19	11	29	19	20	27	29	35	39	43	96
4	30	12	39	20	20	28	29	36	40		
5	17	13	45	21	26	29	35	37	39		
6	31	14	47	22	24	30	45	38	15		
7	38	15	11	23	25	31	65	39	16		
8	23	16	3	24	28	32	73	40	53		

