

## Anamnesebogen - Selbstauskunft

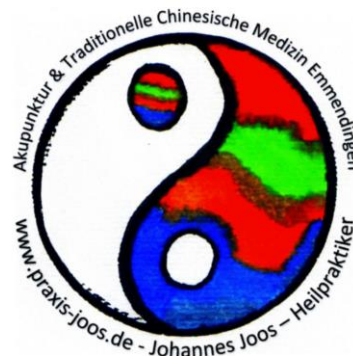
Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Tel. \_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Hausarzt \_\_\_\_\_



Austausch mit diesem erwünscht (Dürfen Informationen an diesen weitergeleitet werden)?

ja     nein

Vorerkrankungen:

---

---

---

---

Medikamente (Bitte auch Vitamine und Nahrungsergänzungsmittel aufführen):

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

Allergien/Unverträglichkeiten:

---

Operationen:

---

---

Johannes Joos; Heilpraktiker  
Im Grün 22  
79312 Emmendingen  
Tel.: (+49) 7641 / 9320821  
E-Mail: joosjohannes8@gmail.com

Volksbank Breisgau Nord  
IBAN DE57 6809 2000 0012 158505  
BIC GENODE61EMM

Soziale Situation (Familie, Beruf, Haustiere):

---

Sport (Treiben Sie Sport? Wenn ja was und wieviel?):

---

Ernährung (Bitte listen Sie im Groben auf, was Sie gerne essen bzw. was den Hauptteil Ihrer Nahrung ausmacht):

---

---

---

Heißhunger (wenn ja, auf was?):

---

Alkohol, Rauchen, Drogen:

---

Kaffeekonsum:

---

Aktuelle Beschwerden: Bitte schreiben Sie in ein paar kurzen Sätzen nieder, was Sie zu mir führt.

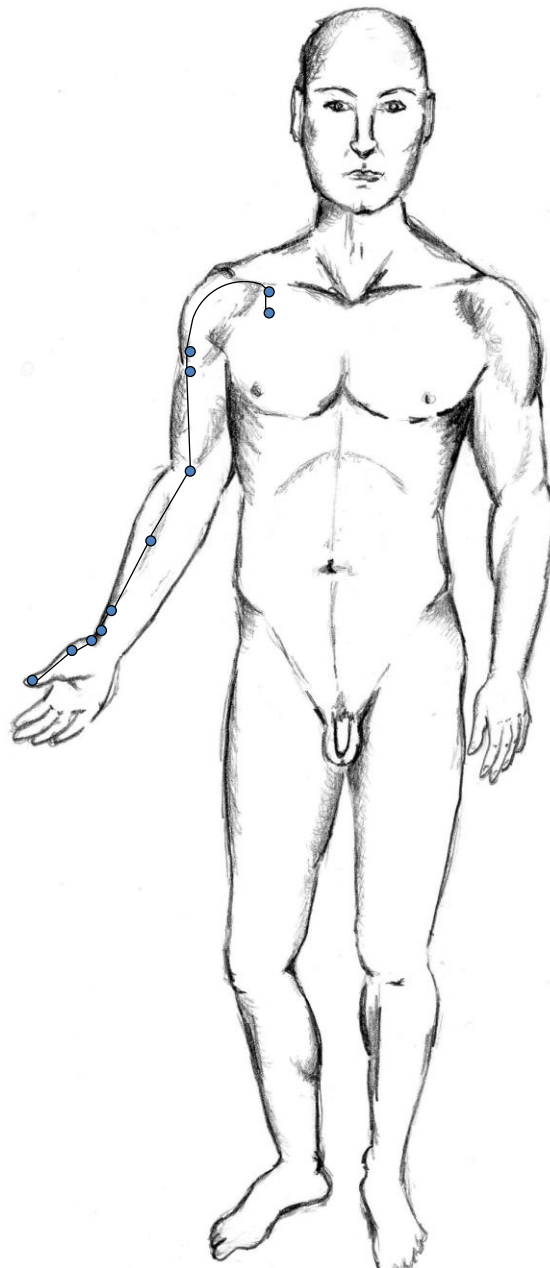
---

---

---

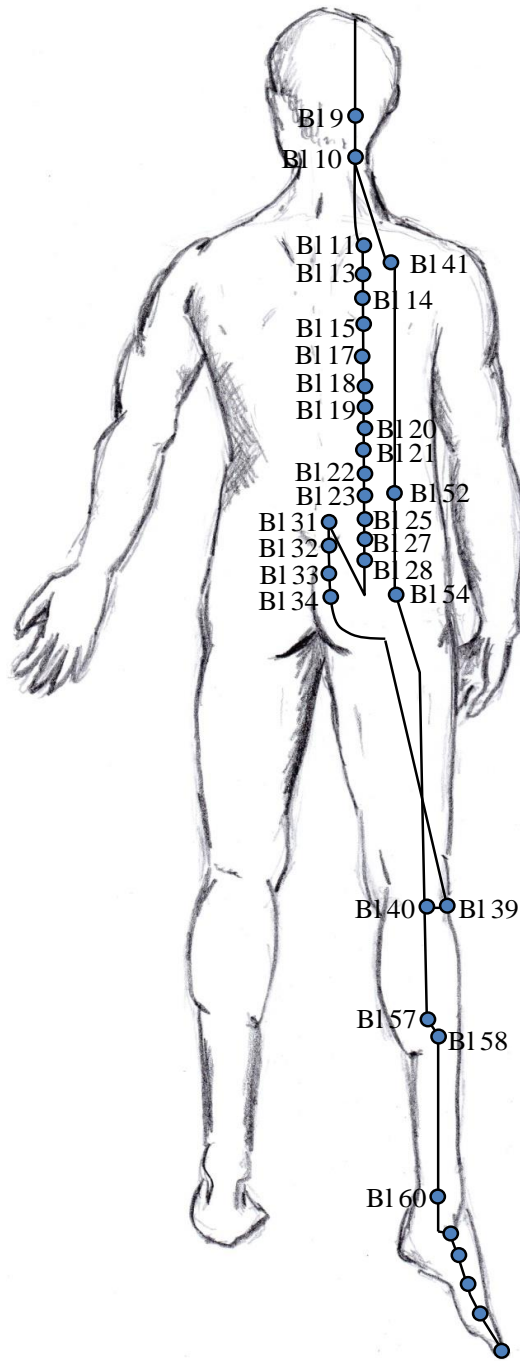
---

**Zeichnen Sie bitte in den folgenden Bildern ihre aktuellen Beschwerden ein, auch alle die, welche für Sie eher einen „Nebenschauplatz“ ausmachen. Nutzen Sie hierfür Pfeile.**



Johannes Joos; Heilpraktiker  
Im Grün 22  
79312 Emmendingen  
Tel.: (+49) 7641 / 9320821  
E-Mail: joosjohannes8@gmail.com

Volksbank Breisgau Nord  
IBAN DE57 6809 2000 0012 158505  
BIC GENODE61EMM



Johannes Joos; Heilpraktiker  
 Im Grün 22  
 79312 Emmendingen  
 Tel.: (+49) 7641 / 9320821  
 E-Mail: joosjohannes8@gmail.com

Volksbank Breisgau Nord  
 IBAN DE57 6809 2000 0012 158505  
 BIC GENODE61EMM

Treten Ihre Beschwerden zyklisch auf (zu bestimmten Jahreszeiten, Tageszeiten, monatsweise.....)?:

---

---

---

Bisherige Therapien:

---

---

---

---

---

---

### **TCM Anamnese**

Bitte kreuzen Sie die entsprechenden Zahlen an.

Bei der Beantwortung der Fragen bedeuten:

1 = nein / nie 2 = leicht / gelegentlich 3 = stärker /häufig 4 = ausgeprägt

### **Allgemeine Zeichen**

Blasses Gesicht 1 2 3 4

Antriebsarm, „Startprobleme“ 1 2 3 4

Appetit 1 2 3 4

Durst 1 2 3 4

Schnell erschöpft 1 2 3 4

Spontaner Schweißausbruch 1 2 3 4

Neigung zu Schwindel 1 2 3 4

Herzklopfen, Herzstolpern 1 2 3 4

Kälteempfindlichkeit 1 2 3 4

Kalte Hände 1 2 3 4

Kalte Füße 1 2 3 4

Geschwollene Hände 1 2 3 4

Geschwollene Füße 1 2 3 4

Libido 1 2 3 4

Allgemeine Abgeschlagenheit 1 2 3 4

Kribbeln in Händen/ Füßen 1 2 3 4

Schweregefühl (Beine) 1 2 3 4

Schweregefühl (Kopf) 1 2 3 4

Brüchige Nägel 1 2 3 4

Hitzeempfindlichkeit 1 2 3 4

Aufsteigendes Hitzegefühl 1 2 3 4

Schwitzen an Händen / Füßen 1 2 3 4

Schwitzen am Kopf 1 2 3 4

Niedriger Blutdruck 1 2 3 4

Hoher Blutdruck 1 2 3 4

Zugluft- Windempfindlichkeit 1 2 3 4

Wetterfühligkeit 1 2 3 4

Johannes Joos; Heilpraktiker  
Im Grün 22  
79312 Emmendingen  
Tel.: (+49) 7641 / 9320821  
E-Mail: joosjohannes8@gmail.com

Volksbank Breisgau Nord  
IBAN DE57 6809 2000 0012 158505  
BIC GENODE61EMM

## **Haut**

Fettige, unreine Haut 1 2 3 4

Trockene Haut 1 2 3 4

Hautausschlag 1 2 3 4

Ekzeme 1 2 3 4

Juckreiz 1 2 3 4

Hautbrennen 1 2 3 4

## **Augen**

Trockenheitsgefühl der Augen 1 2 3 4

Brennen 1 2 3 4

Nacht- oder Farbenblindheit 1 2 3 4

Verschwommenes Sehen 1 2 3 4

Brille / Kontaktlinsen 1 2 3 4

## **Ohr**

Schwerhörigkeit 1 2 3 4

Ohrgeräusche 1 2 3 4

Drehschwindel 1 2 3 4

Gleichgewichtsstörungen 1 2 3 4

## **Mund**

Mundgeruch 1 2 3 4

Trockenheit im Mund 1 2 3 4

Zahnfleischbluten 1 2 3 4

Herpes der Lippen 1 2 3 4

Zungengeschwüre (Aphthen) 1 2 3 4

Bitterer Mundgeschmack 1 2 3 4

Pappiger Mundgeschmack 1 2 3 4

Geschmacksverlust 1 2 3 4

## **Atmung und Infekte**

Infektanfälligkeit 1 2 3 4

Allergie 1 2 3 4

Luftnot in Ruhe / nachts 1 2 3 4

Luftnot bei leichten Anstrengungen 1 2 3 4

Kloßgefühl im Hals 1 2 3 4

Auswurf / Schleim 1 2 3 4

trocken  bellend  schwach  klar  weiß  gelb  locker  zäh

Mittelohrentzündungen 1 2 3 4

Druck auf der Brust 1 2 3 4

Heiserkeit 1 2 3 4

Schwäche des Geruchssinnes 1 2 3 4

Husten 1 2 3 4

## **Stuhl**

regelmäßig : ja  nein  .....Mal/ Tag

Farbe : hell  normal  dunkel

Geruch :

Stuhl weich, ungeformt 1 2 3 4

Durchfall 1 2 3 4

Völlegefühl 1 2 3 4

Übelkeit/ Erbrechen 1 2 3 4

Johannes Joos; Heilpraktiker  
Im Grün 22  
79312 Emmendingen  
Tel.: (+49) 7641 / 9320821  
E-Mail: joosjohannes8@gmail.com

Volksbank Breisgau Nord  
IBAN DE57 6809 2000 0012 158505  
BIC GENODE61EMM

Stuhl zu hart 1 2 3 4

Verstopfung 1 2 3 4

Vermehrte Darmgeräusche 1 2 3 4

Blähneigung 1 2 3 4

Druckgefühl im Oberbauch/unter dem Rippenbogen 1 2 3 4

Aufstoßen 1 2 3 4

Sodbrennen 1 2 3 4

Bauchkrämpfe 1 2 3 4

Stuhlauflagerungen (Blut, Schleim) 1 2 3 4

### **Wasserlassen**

Wasserlassen nachts 1 2 3 4

Häufiger Harndrang 1 2 3 4

Brennen beim Wasserlassen 1 2 3 4

Urin: Menge: wenig  normal  viel

Farbe: hell  dunkel

Harnträufeln 1 2 3 4

Harninkontinenz 1 2 3 4

### **Gefühlsleben**

Aufbrausend, leicht reizbar 1 2 3 4

Allgemeine innere Unruhe 1 2 3 4

Nervosität 1 2 3 4

Angstgefühle 1 2 3 4

Niedergedrückte Stimmung 1 2 3 4

Sorgenvoll 1 2 3 4

Grüblerisch 1 2 3 4

Traurig / melancholisch 1 2 3 4

Vergesslichkeit 1 2 3 4

Konzentrationsstörung 1 2 3 4

Schreckhaftigkeit 1 2 3 4

Freudig erregt 1 2 3 4

### **Schlaf**

Durchschnittliche Schlafzeit:

Einschlafstörungen (>30min) 1 2 3 4

Durchschlafstörungen 1 2 3 4

Morgendliches, sehr frühes nachts unruhige Beine 1 2 3 4

Erwachen 1 2 3 4

Viele Träume/Alpträume/Ängste 1 2 3 4

Herzklopfen 1 2 3 4

Schwitzen Nachts 1 2 3 4

Nachts heiße Füße 1 2 3 4

Tagesmüdigkeit 1 2 3 4

### **Rücken- und Gelenkprobleme**

Kreuzschmerzen 1 2 3 4

Kälteempfindlichkeit im Bereich  
der Lendenwirbelsäule 1 2 3 4

Gelenkschmerzen 1 2 3 4

Muskelverspannung, Krämpfe 1 2 3 4

Sehnenentzündung 1 2 3 4

Johannes Joos; Heilpraktiker

Im Grün 22

79312 Emmendingen

Tel.: (+49) 7641 / 9320821

E-Mail: joosjohannes8@gmail.com

Schulter Schmerzen 1 2 3 4

Nackenschmerzen 1 2 3 4

Kopfschmerzen ganzer Kopf 1 2 3 4

Stirnkopfschmerzen 1 2 3 4

Hinterkopfschmerzen 1 2 3 4

Halbseitiger Kopfschmerz 1 2 3 4

Volksbank Breisgau Nord

IBAN DE57 6809 2000 0012 158505

BIC GENODE61EMM

**Menstruation:** Häufigkeit/Dauer, z.B. 28 / 3-4 Tage ...../..... Tage

Menarche (1. Regelblutung) seit: \_\_\_\_\_ Lebensjahr

Unregelmäßig 1 2 3 4

Schmerzhaft 1 2 3 4

Blutungen zu stark  / schwach  1 2 3 4

Blutklumpen 1 2 3 4

Blutfarbe : hell  dunkel

Pille ja  welche \_\_\_\_\_ nein

Menstruationsschmerzen : vorher  während  nachher

Schmerzqualität (brennend, stechend, drückend,...) : \_\_\_\_\_

Bauchschmerz  Rückenschmerz  Kopfschmerz

Brustspannung  Stimmungsschwankung

Ausfluss: 1 2 3 4

dünn  dick  klar  weiß  gelb  kein Geruch  Geruch

Sonstiges:

---

---

---

---

---

---

**Sofern Sie ärztliche Befunde zu Ihren Beschwerden haben fügen Sie diese bitte an dieses Dokument an**

Johannes Joos; Heilpraktiker  
Im Grün 22  
79312 Emmendingen  
Tel.: (+49) 7641 / 9320821  
E-Mail: joosjohannes8@gmail.com

Volksbank Breisgau Nord  
IBAN DE57 6809 2000 0012 158505  
BIC GENODE61EMM