

Ihr Anamnesebogen

1 | Sie und Ihr Anliegen

Bitte zu Hause ausdrucken, in Ruhe ausfüllen und zum Erstgespräch mitbringen.
Bitte nicht per E-Mail zurücksenden. Unklare Fragen können wir gemeinsam klären.
Persönliche Themen dürfen Sie gern im Gespräch beantworten.

Vor- und Nachname / Geburtsdatum

Telefon oder E-Mail für organisatorische Rückfragen

Aktueller Beruf / Tätigkeit; gegebenenfalls frühere wichtige Tätigkeiten

Was führt Sie zu uns? Bitte nennen Sie Ihre bis zu drei wichtigsten Anliegen.

Seit wann bestehen die Beschwerden? Wie haben sie sich entwickelt?

Was möchten Sie im Alltag wieder oder besser tun können?

Ihr Anamnesebogen

2 | Vorgeschichte und bisherige Behandlung

Name: _____ Datum: _____

Bestehen ärztlich festgestellte Erkrankungen?

☐ Nein ☐ Ja, siehe unten ☐ Unklar

Welche Diagnosen wurden wann gestellt? Welche sind aktuell relevant?

Wichtige Operationen, Krankenhausaufenthalte, Unfälle oder schwere Infektionen

Welche Untersuchungen und Behandlungen gab es wegen Ihrer aktuellen Beschwerden?

Was hat geholfen, was nicht? Gab es unerwünschte Wirkungen?

Welche Ärztinnen, Ärzte oder weiteren Behandelnden begleiten Sie derzeit?

Wichtige Erkrankungen bei nahen Angehörigen (Verwandtschaftsgrad, keine Namen)

Bitte vorhandene relevante Befunde und Ihren aktuellen Medikamentenplan mitbringen.

Ihr Anamnesebogen

3 | Medikamente und wichtige Angaben

Name: _____ Datum: _____

Bitte alle aktuellen Mittel angeben, auch Bedarfsmedikamente, Hormone, frei verkäufliche Präparate und Nahrungsergänzungen. Ein Einnahmeplan genügt.

Präparat / Dosis / Häufigkeit / seit wann / Einnahmegrund

Sind Allergien oder Unverträglichkeiten bekannt?

☐ Nein ☐ Ja ☐ Unklar

Auslöser und Reaktion; bitte bestätigte Allergien und eigene Vermutungen unterscheiden.

Gab es schwere allergische Reaktionen?

☐ Nein ☐ Ja ☐ Unklar

Falls ja: wann, wodurch und welche Behandlung war nötig?

Falls zutreffend: Besteht eine Schwangerschaft oder wird gestillt?

☐ Schwangerschaft ☐ Stillzeit ☐ Nein ☐ Unklar

Implantate, Herzschrittmacher oder andere für die Behandlung wichtige Hinweise

Ihr Anamnesebogen

4 | Basis: Ernährung und Verdauung

Name: _____ Datum: _____

Größe / aktuelles Gewicht / unbeabsichtigte Gewichtsänderung mit Zeitraum

Wie ernähren Sie sich üblicherweise? Was meiden Sie und aus welchem Grund?

Was und wie viel trinken Sie ungefähr pro Tag? Bitte Kaffee und Alkohol mit angeben.

Beschwerden bei oder nach Mahlzeiten: welche, wie häufig und seit wann?

Stuhlgang: Häufigkeit, Konsistenz und auffällige Veränderungen

Bekannte Magen-Darm-Erkrankungen, bestätigte Nahrungsmittelallergien oder Intoleranzen

Rauchen, Nikotin oder andere Substanzen: was, wie häufig, aktuell oder früher?

Ihr Anamnesebogen

5 | Energie, Balance und Regeneration

Name: _____ Datum: _____

Wie erleben Sie Ihre Energie und Belastbarkeit im Alltag?

Bewegung / Sport: Art, Häufigkeit, Dauer; Erholung nach Belastung

Werden Beschwerden nach Anstrengung stärker, auch verzögert? Wie lange hält das an?

Schlaf: ungefähre Dauer, Ein-/Durchschlafen, Erholbarkeit, Schnarchen oder Atempausen

Was belastet Sie derzeit? Was hilft Ihnen, sich zu erholen?

Bekannte Schilddrüsen-/Hormonerkrankungen; falls relevant Zyklus oder Wechseljahre

Weitere Beschwerden, etwa Schmerzen, Hautprobleme oder wiederkehrende Infekte

Was unterstützt Ihr Wohlbefinden bereits? Welche Veränderungen wären gut umsetzbar?

Ihr Anamnesebogen

6 | Umwelt, Verlauf und Ergänzungen

Name: _____ Datum: _____

Gibt es Hinweise auf Feuchtigkeit oder Schimmel zu Hause oder am Arbeitsplatz?

☐ Nein ☐ Ja ☐ Unbekannt

Mögliche Kontakte mit Staub, Rauch, Metallen, Lösemitteln oder Spritzmitteln?

Ändern sich Beschwerden an bestimmten Orten, an freien Tagen oder im Urlaub?

Gab es vor Beginn Veränderungen wie Umzug, Renovierung oder einen Arbeitsplatzwechsel?

Bei konkreten Hinweisen besprechen wir den ergänzenden Umweltmedizin-Bogen.

Was ist Ihnen noch wichtig? Was möchten Sie lieber persönlich besprechen?

Was bringen Sie mit?

☐ Befunde ☐ Medikamentenplan ☐ Allergieausweis ☐ Weitere Unterlagen

Ausgefüllt am / gegebenenfalls mit Unterstützung von (Beziehung zur Person)

Dieser Bogen bereitet das Gespräch vor und ersetzt keine Untersuchung.

Bei akuten schweren Beschwerden bitte unmittelbar medizinische Hilfe suchen.

Datenschutzinformationen erhalten Sie separat von der Praxis.