



# Fragebogen Stressbelastung (2)

Patient/in

Datum

Patienten Nummer

Geburtsdatum

Praxis-Stempel

## 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 Angewohnheiten wie das Knirschen und Pressen mit den Zähnen auch zur Bewältigung von Stress Situationen eingesetzt. In Verbindung mit bestimmten Zahnformen und Zahnstellungen können so 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 Ereignisse, die vor oder während Ihrer Beschwerden aufgetreten sind, mit einem Kreuz (X). Für die zahnärztliche Diagnostik sind die Inhalte der einzelnen Antworten nicht von Bedeutung, sondern nur die resultierende Gesamtbelastung.

Wir möchten Sie bitten, den Fragebogen selbst auszuwerten. Die Punktzahlen der Antworten sind im Auswertungsbereich kopfüber abgedruckt. Tragen Sie bitte die Summe Ihrer Werte in das Punkte Feld ein und bringen Sie den Abschnitt zum nächsten Behandlungstermin mit.

### Familiäres Umfeld

- Tod des Lebenspartners / der Lebenspartnerin
- Tod eines nahen Familienmitglieds
- Tod eines nahen Freundes / einer nahen Freundin
- Verletzung oder Krankheit
- Veränderungen der Schlafgewohnheiten
- Veränderungen der Essgewohnheiten
- Sexuelle Schwierigkeiten
- Schwangerschaft
- Vergrößerung der Familie
- Erkrankung eines Familienmitglieds
- Hochzeit
- Scheidung
- Trennung ohne Scheidung
- Wiederversöhnung nach Streit mit Lebenspartner
- Veränderung in der Anzahl der Auseinandersetzungen mit dem Lebenspartner
- Schwierigkeiten mit Verwandten des Lebenspartners
- Sohn oder Tochter verlassen die Familie
- Veränderung der Anzahl der Familienzusammenkünfte
- Lebenspartner tritt wieder ins Berufsleben ein oder hört auf
- Außergewöhnliche persönliche Belastung
- Veränderung in den Lebensumständen
- Schulbeginn oder -abschluss
- Schulwechsel
- Aufgabe persönlicher Gewohnheiten
- Umzug
- Ferien
- Weihnachten

11  
10  
9  
8  
7  
6  
5  
4  
3  
2  
1  
0  
-1  
-2  
-3  
-4  
-5  
-6  
-7  
-8  
-9  
-10  
-11

### Äußere Faktoren

- Gefängnisstrafe
- ~~Kleinere~~ Gesetzesverstöße
- Verlust des Arbeitsplatzes
- Pensionierung
- Berufliche Veränderung
- Veränderung in den beruflichen Aufgaben
- Wechsel an einen Arbeitsplatz mit ungewohnter Tätigkeit
- Veränderungen in den Arbeitszeiten oder -bedingungen
- Schwierigkeiten mit dem Chef / der Chefin
- Veränderungen im finanziellen Bereich
- Aufnahme eines größeren Kredites
- Aufnahme eines kleineren Kredites
- Verfallen eines Kredites oder eines Darlehens
- Veränderungen im Freizeitbereich
- Veränderungen in den sozialen Aktivitäten
- Veränderungen in den kirchlichen Aktivitäten

14  
13  
12  
11  
10  
9  
8  
7  
6  
5  
4  
3  
2  
1

7	38	14	47	21	25	28	29	35	39	43	100
6	31	13	45	20	24	27	29	34	44	48	63
5	17	12	39	19	20	28	15	33	50	47	27
4	30	11	29	18	13	25	26	32	73	40	53
3	19	10	36	17	12	24	28	31	65	39	16
2	18	9	20	16	63	23	25	30	45	37	39
1	19	8	23	15	11	22	26	29	35	35	40

**Auswertung**

In dieser Tabelle finden Sie die Punktzahlen zu den Fragen nach dem Schema „Frage + Punkte“. Bitte addieren Sie die Punktzahlen der von Ihnen angekreuzten Fragen und notieren Sie die Summe auf dem Abschnitt. Bringen Sie diesen bitte zum nächsten Termin mit.

Punkte