

**Fragebogen zum Gesundheitszustand
in Vorbereitung zum Workshop**

Yoga & Hormone



Yogaschule Susanne Ohneis
Ulrichstraße 21
93326 Abensberg
Telefon: 0171 820 1714

Auf den folgenden Seiten möchte ich dir ein paar Fragen im Bezug zu deinem aktuellen Hormonstatus stellen. Ziel des Fragebogens ist, deine hormonelle Situation besser bewerten zu können, um im Workshop gezielt auf dich und deinen Körper einzugehen.

Dein aktuelles Alter: _____

zutreffendes bitte ankreuzen

X		X	
	Menopause		Polyzystisches Ovarial Syndrom
	Prämenopause		Diabetes
	Osteopenie		Skoliose
	Vorzeitige Menopause		Hohlkreuz
	Osteoporose		Endometriose
	Postmenopause		Brustkrebs
	erhöhter Cholesterinwert		Fehlender Eisprung
	Hysterektomie		Nackenbeschwerden
	Schilddrüsen-Unterfunktion		Unfruchtbarkeit
	Schilddrüsen-Überfunktion		Myom
	Eierstöcke noch vorhanden		Sehnenentzündung
	Übermäßige Blutungen		Arthritis
	Unregelmäßige Blutungen		Hormonmangel
	Zwischenblutungen		Endometriose
	Bluthochdruck		Haschimoto

Symptome

Bewerten Sie die Intensität mit 0 (gar nicht), 1, 2, oder 3 (stark) durch ankreuzen

0	1	2	3	Symptom	0	1	2	3	
				Hitzewellen					Gedächtnisschwäche
				Migräne					Herzklopfen
				Trockenheit der Scheide					Haarausfall
				Panik					Mattigkeit
				Scheidenjucken					Trockene Haut
				Kopfschmerzen					Lustlosigkeit
				Vermindertes sexuelles Verlangen					Brüchige Nägel
				Gelenkschmerzen					Depression
				Reizbarkeit					Verlangsamtes Denken
				Hautjucken					Prämenstruelles Syndrom
				Emotionale Instabilität					Beklemmung
				Schlafstörungen					Schwacher Geruchssinn
				Unruhe					

Yogaschule S. Ohneis

Anmeldung:

Vorname	Nachname
Straße	PLZ, Ort
Telefonnummer	Email

Schicke mir bitte den ausgefüllten Fragebogen mit deiner Anmeldung zum Workshop Yoga & Hormone zu. Alle Daten werden von mir vertrauensvoll behandelt und nicht an Dritte weitergegeben.

- Mit meiner Unterschrift stimme ich den Datenschutzbestimmungen der Yogaschule Susanne Ohneis zu.

Ort, Datum

Unterschrift