

# Das -Innendruck-Syndrom

## Zur Früherkennung einer drohenden Herzinsuffizienz

Dr.med. Rainer Mutschler M.A.  
Privatärztliche Praxis für ganzheitliche Medizin  
Carl-Dupré Str 1, 67346 Speyer Tel 06232-2890880

Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_ Tel.: \_\_\_\_\_ Geb.Datum \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_

Bitte bei O ankreuzen, bei mehrfachen Möglichkeiten nur die schwerwiegendere = höhere Punktzahl wählen oder Punkte mitteln!  
Bei Fehlanzeige nicht punkten!

**Abschnittsergebnis = \_\_\_\_\_ Punkte Datum:**

**1. Werden Sie nachts des Öfteren wach?** (Nachtruhe ab 22.00 bis 23.00 Uhr, sonst sinngemäß antworten und bei O ankreuzen)

- a) Ja, gegen 1.00 bis 2.00 Uhr **6 Punkte**
- b) Ja, gegen 3.00 bis 4.00 Uhr **4 Punkte**
- c) Ja, gegen 5.00 bis 6.00 Uhr **2 Punkte**
- d) Ja und zwar dauernd mit Schlafphasen dazwischen **8 Punkte**

**2. Können Sie dann gleich wieder einschlafen?**

- a) Ja, sofort nach dem Wasserlassen **0 Punkte**
- b) Nein, ich liege dann lange wach **2 Punkte**
- c) Ich bin unruhig und muss aufstehen **4 Punkte**
- d) Ich muss längere Zeit herumlaufen **6 Punkte**
- e) Ich kann erst nach Stunden wieder einschlafen **8 Punkte**

**3. Schwitzen Sie nachts?**

- a) Ja, schon seit langer Zeit **8 Punkte**
- b) Ja, in letzter Zeit täglich **6 Punkte**
- c) Immer wieder einmal **2 Punkte**
- d) Ja, schon mal, wenn ich erkältet bin **0 Punkte**

Bemerkung: in der beginnenden Menopause nur halbe Punkte

**4. Wie tritt der nächtliche Schweiß auf?**

- a) Am ganzen Körper **8 Punkte**
- b) Im Gesichts-, Hals-, Nacken- Brustbereich **6 Punkte**
- c) Nur im Nacken-, Hals- und Brustbereich **4 Punkte**
- d) Nur in Nacken- und Halsbereich **2 Punkte**

**5. Werden Sie mit Herzklopfen wach?**

- a) Ja, es klopft dann stundenlang, egal was ich mache **8 Punkte**
- b) Ja, der Brustkorb vibriert oder es klopft bis in den Hals **6 Punkte**
- c) Ja, das Herzklopfen geht erst nach dem Aufstehen weg **4 Punkte**
- d) Ja, ich kann aber liegen bleiben und es hört bald wieder auf **2 Punkte**

**6. Werden Sie mit Druck/Schmerz im Brustbereich wach?**

- a) Ja, und der Druck hält stundenlang an **8 Punkte**
- b) Ja, der Druck geht erst weg, wenn ich länger umhergehe **6 Punkte**
- c) Ja, der Druck geht direkt nach dem Aufstehen weg **4 Punkte**
- d) Ja, der Druck lässt aber schnell nach dem Aufsetzen nach **2 Punkte**

**7. Werden Sie wach mit Ziehen in den linken Arm oder in den linken Unterkiefer oder schmerzt die linke Schulter scheinbar grundlos?**

- a) Ja, und die Schmerzen bleiben stundenlang bestehen **8 Punkte**
- b) Ja, oft. Das Ziehen geht erst weg, wenn ich länger umhergehe **6 Punkte**
- c) Ja, Besserung gleich beim Aufstehen **4 Punkte**
- d) Ja, Besserung schon nach dem Aufsitzen **2 Punkte**

Ich nehme folgende Medikamente ein: .....

**8. Werden Sie scheinbar aus dem Schlaf heraus ohne Grund hellwach mit besonders klarem Verstand und können gar nicht aufhören, sich Gedanken zu machen und könnten arbeiten oder Gedichte schreiben?**

- a) Ja, regelmäßig, ich dachte schon, das sei bei mir normal geworden **8 Punkte**
- b) Ja, ich werde hellwach, aber so etwas von wach, daß ich nicht mehr einschlafen kann **6 Punkte**
- c) Immer mal wieder. Ich dachte bisher, die Gedanken wecken mich **4 Punkte**
- d) Gelegentlich, dann lese ich nachts z.B. ein Buch **2 Punkte**

**9. Haben Sie Luftnot**

- a) Ja, bei stärkerer körperlicher Belastung **2 Punkte**
- b) Ja, hin und wieder nachts **4 Punkte**
- c) Ja, regelmäßig nach längerem Liegen **8 Punkte**
- d) Nur bei anstrengenden Sportarten **0 Punkte**

**10. Können Sie auf der linken Seite schlafen?**

- a) Nein, in Linksseitenlage bekomme ich nach kürzester Zeit Herzbeschwerden **8 Punkte**
- b) Ich werde wach, sobald ich auf der linken Seite liege **6 Punkte**
- c) Ich liege nicht gerne links, das bekommt mir nicht **4 Punkte**
- d) Ich liege lieber rechts **2 Punkte**
- e) Ich kann auf jeder Seite liegen und wechsele z.B. auch häufig **0 Punkte**

**11. Müssen Sie dauernd husten?**

- a) Nur im Zusammenhang mit Erkältungen **0 Punkte**
- b) Ja, seit längerer Zeit, ich weiß auch nicht recht wieso **2 Punkte**
- c) Ja, beim Hinlegen oder gleich nach dem Hinlegen **8 Punkte**
- d) Ja, nach längerem Liegen **6 Punkte**

**Summe der Punktzahlen der Fragen 1. bis 11.: \_\_\_\_\_**

**Gruppe 1: 1 bis 7 Punkte:**

Jeder schläft mal schlecht, wenn der Alltag anstrengend war.


**Gruppe 2: 7 bis 21 Punkte:** Es ist kein Luxus, wenn Sie sich um Ihre Gesundheit kümmern. Senden Sie uns eine Kopie Ihres Bogens ein, oder rufen Sie uns in unserer Praxis an.

**Gruppe 3: 20 bis 39 Punkte:** Es ist gut, daß Sie sich um Ihre Gesundheit kümmern! Bei Ihnen liegt wahrscheinlich ein HERZ-Innendruck Syndrom vor. Suchen Sie einen entsprechend kundigen Arzt auf oder rufen Sie uns an.

**Gruppe 4: 40 bis 59 Punkte:** Es ist Zeit, daß Sie sich um Ihre Gesundheit kümmern! Mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit liegt bei Ihnen ein HERZ-Innendruck Syndrom vor. Check-up erforderlich. Termin-Priorität!

**Gruppe 5: 60 bis 72 Punkte:** Sie sind im höchsten Risikobereich des HERZ-Innendruck Syndroms. Eine fachärztliche Abklärung ist unabdingbar! In unserer Praxis haben Sie bei Berufung auf die Gruppe 5 höchste Termin-Priorität. Lassen Sie es nicht anstehen!

Wenn sich die Symptomatik des HERZ-Innendruck-Syndroms durch unsere Therapien nicht auf Dauer beseitigen lässt, muss differentialdiagnostisch auch an einen drohenden Herzinfarkt gedacht werden!

Dieser von Dr. med. Peter Hain, Bad Nauheim, erstellte Fragebogen darf mit dessen freundlicher Genehmigung verwendet werden. -lichen Dank!