

# HPA AXIS Questionnaire

www.praxis-zegers.de



Bitte bewerten Sie diese „items“ von 1-4

- 1 = *kleines Problem*
- 2 = *signifikantes Problem*
- 3 = *grosses Problem*
- 4 = *extremes Problem*

- 1 Teilnahmslosigkeit \_\_\_\_\_
- 2 Extremer Schlafbedarf \_\_\_\_\_
- 3 Chronisches Ermüdungssyndrom \_\_\_\_\_
- 4 Chronische Schmerzen \_\_\_\_\_
- 5 Fibromyalgie \_\_\_\_\_
- 6 Schwindel beim aufstehen oder beugen \_\_\_\_\_
- 7 Niedriger Blutdruck und/oder Blutdruckabfall beim aufstehen \_\_\_\_\_
- 8 Heißhunger auf salzige Speisen \_\_\_\_\_
- 9 Schlechte Wundheilung \_\_\_\_\_
- 10 Leichtes/schnelles quetschen, wundstossen \_\_\_\_\_
- 11 Müdigkeit \_\_\_\_\_
- 12 Unfähigkeit mit geringem Stress um zugehen \_\_\_\_\_
- 13 Unterzuckerung: Schwindel, irritiert, schläfrig nach 4-5 Stunden ohne Essen  
Symptome verbessern nach Nahrungseinnahme \_\_\_\_\_
- 14 Narben, Ellebogen, Brustwarzen oder die Haut rundum Nägel ist extrem dunkel \_\_\_\_\_
- 15 Langsam heilende Schnittwunden \_\_\_\_\_
- 16 Instabile Körpertemperatur(warm oder kalt) \_\_\_\_\_
- 17 Agitierte (unruhige, rastlose) Depression \_\_\_\_\_
- 18 Gewichtszunahme rundum Bauch, im Nacken, im Gesicht und am Kiefer \_\_\_\_\_
- 19 Hautdehnungsstreifen, nicht durch Gewichtsabnahme \_\_\_\_\_
- 20 Diabetes im erwachsenen Alter \_\_\_\_\_
- 21 Osteoporose \_\_\_\_\_
- 22 Heisshunger auf Süßes \_\_\_\_\_
- 23 Ein- oder Durchschlafprobleme \_\_\_\_\_
- 24 Extrem viel männlicher dunklen Haarwuchs(Frauen) \_\_\_\_\_
- 25 Unregelmässige oder keine Menstruation(nicht Menopause) \_\_\_\_\_
- 26 Osteuropäischer Abstammung/Vererbung \_\_\_\_\_