

# HIT-6™ FRAGEBOGEN ZU AUSWIRKUNGEN VON KOPFSCHMERZEN



Dieser Fragebogen soll Ihnen dabei helfen, zu beschreiben und mitzuteilen, wie Sie sich fühlen und was Sie wegen Kopfschmerzen nicht tun können.

Bitte kreuzen Sie zu jeder Frage die Antwort an, die am besten auf Sie zutrifft.

**1** Wenn Sie Kopfschmerzen haben, wie oft sind die Schmerzen stark?

Nie

Selten

Manchmal

Sehr oft

Immer

**2** Wie oft werden Sie durch Kopfschmerzen in Ihren normalen täglichen Aktivitäten eingeschränkt, z.B. in der Hausarbeit, im Beruf, in der Schule/im Studium, oder bei Kontakten und Unternehmungen mit anderen Menschen?

Nie

Selten

Manchmal

Sehr oft

Immer

**3** Wenn Sie Kopfschmerzen haben, wie oft wünschen Sie sich, dass Sie sich hinlegen könnten?

Nie

Selten

Manchmal

Sehr oft

Immer

**4** Wie oft fühlten Sie sich in den letzten 4 Wochen aufgrund von Kopfschmerzen zu müde zum Arbeiten oder für Ihre täglichen Aktivitäten?

Nie

Selten

Manchmal

Sehr oft

Immer

**5** Wie oft waren Sie in den letzten 4 Wochen aufgrund von Kopfschmerzen gereizt oder hatten alles satt?

Nie

Selten

Manchmal

Sehr oft

Immer

**6** Wie oft haben Kopfschmerzen in den letzten 4 Wochen Ihre Fähigkeit eingeschränkt, sich auf die Arbeit oder die täglichen Aktivitäten zu konzentrieren?

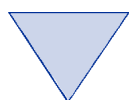
Nie

Selten

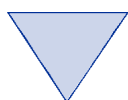
Manchmal

Sehr oft

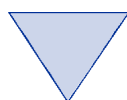
Immer



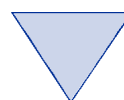
+



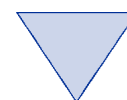
+



+



+



**SPALTE 1**  
(je 6 Punkte)

**SPALTE 2**  
(je 8 Punkte)

**SPALTE 3**  
(je 10 Punkte)

**SPALTE 4**  
(je 11 Punkte)

**SPALTE 5**  
(je 13 Punkte)

Zur Auswertung zählen Sie bitte die Punkte in allen Spalten zusammen.

Bitte zeigen Sie Ihrem Arzt das Ergebnis dieses Fragebogens (HIT-6).

Gesamtpunktzahl

Eine höhere Punktzahl bedeutet stärkere Auswirkungen von Kopfschmerzen auf Ihr Leben.

Die Punktzahlen liegen zwischen 36 und 78.



# FRAGEBOGEN ZU AUSWIRKUNGEN von Kopfschmerzen Was bedeutet Ihre Punktzahl?

## ▼ Wenn Sie 60 oder mehr Punkte erreicht haben

Ihre Kopfschmerzen wirken sich äußerst stark auf Ihr tägliches Leben aus. Ihre Schmerzen sind möglicherweise stark behindernd und Sie leiden vielleicht auch unter anderen Symptomen, die durchaus stärker als die von anderen Personen sind, die unter Kopfschmerzen leiden. Lassen Sie sich nicht wegen Ihrer Kopfschmerzen von den wichtigen Dingen in Ihrem Leben abhalten, wie Ihre Familie, Arbeit, Schule oder Freizeitaktivitäten.

Lassen Sie sich **noch heute** von Ihrem Arzt einen Termin geben, um Ihr HIT-6-Ergebnis und Ihre Kopfschmerzen mit ihm zu besprechen.

## ▼ Wenn Sie 56 bis 59 Punkte erreicht haben

Ihre Kopfschmerzen haben einen wesentlichen Einfluß auf Ihr tägliches Leben. Als Ergebnis leiden Sie infolge Ihrer Kopfschmerzen möglicherweise unter sehr starken Schmerzen und anderen Symptomen, und versäumen dadurch einige Zeit mit Ihrer Familie, von Arbeit, Schule oder Freizeitaktivitäten.

. Lassen Sie sich **noch heute** von Ihrem Arzt einen Termin geben, um Ihr HIT-6-Ergebnis und Ihre Kopfschmerzen mit ihm zu besprechen.

## ▼ Wenn Sie 50 bis 55 Punkte erreicht haben

Ihre Kopfschmerzen scheinen sich nur etwas auf Ihr tägliches Leben auszuwirken. Sie versäumen daher wegen Ihrer Kopfschmerzen wahrscheinlich keine Zeit mit Ihrer Familie, von Arbeit, Schule oder Freizeitaktivitäten.

Vergessen Sie nicht, Ihr HIT-6-Ergebnis und Ihre Kopfschmerzen beim nächsten Besuch mit Ihrem Arzt zu besprechen.

## ▼ Wenn Sie weniger als 49 Punkte erreicht haben

Ihre Kopfschmerzen scheinen zur Zeit keinen oder nur einen geringen Einfluß auf Ihr tägliches Leben zu haben. Wir empfehlen, daß Sie HIT-6 monatlich wiederholen, um den Einfluß Ihrer Kopfschmerzen auf Ihr tägliches Leben verfolgen zu können.

## ▼ Wenn Sie 50 oder mehr Punkte bei HIT-6 erreicht haben

**Sie sollten das Ergebnis mit Ihrem Arzt besprechen. Kopfschmerzen, die sich auf Ihr tägliches Leben auswirken, könnten eine Migräne sein.**

Nehmen Sie HIT-6 bei Ihrem nächsten Arztbesuch mit., Untersuchungen zeigen, daß Ärzte erfolgreiche Behandlungsprogramme, zu denen auch Arzneimittel gehören können, eher verordnen, wenn sie genauer verstehen, wie stark sich die Kopfschmerzen auf das tägliche Leben ihrer Patienten auswirken.

**HIT ist auch im Internet erhältlich unter [www.headachetest.com](http://www.headachetest.com).**

Mit der Internet-Version können Sie einen persönlichen Bericht der Ergebnisse, sowie eine besonders detaillierte Fassung für Ihren Arzt ausdrucken.

Vergessen Sie nicht, HIT-6 zu wiederholen, oder benutzen Sie die Internet-Version, um Ihren Fortschritt zu verfolgen.

## ▼ Über HIT

Der Headache Impact Test (HIT) ist ein Hilfsmittel, mit dem der Einfluß von Kopfschmerzen auf Ihre Einsatzfähigkeit bei Ihrer Arbeit, in der Schule, zu Hause oder bei Freizeitaktivitäten gemessen werden kann. Die Punkte zeigen Ihnen den Einfluß, den Ihre Kopfschmerzen auf Ihr normales tägliches Leben und Ihre Einsatzfähigkeit hat. HIT wurde von einem internationalen Team von Kopfschmerzexperten aus der Neurologie und Allgemeinmedizin in Zusammenarbeit mit den Psychometrikern entwickelt, die den LebensqualitätsfragebogenSF-36<sup>®</sup> entwickelt haben.

HIT wurde nicht entwickelt, um ärztliche Beratung hinsichtlich medizinischer Diagnose oder Behandlung zu bieten. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt über Ihre spezifische Situation beraten.