

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 Ange-wohnheiten 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

Familiäres Umfeld N

Tod des Lebenspartners / der Lebenspartnerin	43
Tod eines nahen Familienmitglieds	42
Tod eines nahen Freundes / einer nahen Freundin	41
Verletzung oder Krankheit	40
Veränderungen der Schlafgewohnheiten	39
Veränderungen der Essgewohnheiten	38
Sexuelle Schwierigkeiten	37
Schwangerschaft	36
Vergrößerung der Familie	35
Erkrankung eines Familienmitglieds	34
Hochzeit	33
Scheidung	32
Trennung ohne Scheidung	31
Wiederversöhnung nach Streit mit Lebenspartner	30
Veränderung in der Anzahl der Auseinandersetzungen mit dem Lebenspartner	29
Schwierigkeiten mit Verwandten des Lebenspartners	28
Sohn oder Tochter verlassen die Familie	27
Veränderung der Anzahl der Familienzusammenkünfte	26
Lebenspartner tritt wieder ins Berufsleben ein oder hört auf	25
Außergewöhnliche persönliche Belastung	24
Veränderung in den Lebensumständen	23
Schulbeginn oder -abschluss	22
Schulwechsel	21
Aufgabe persönlicher Gewohnheiten	20
Umzug	19
Ferien	18
Weihnachten	17

Äußere Faktoren N

Gefängnisstrafe	18
Kleinere Gesetzesverstöße	15
Verlust des Arbeitsplatzes	14
Pensionierung	13
Berufliche Veränderung	12
Veränderung in den beruflichen Aufgaben	11
Wechsel an einen Arbeitsplatz mit ungewohnter Tätigkeit	10
Veränderungen in den Arbeitszeiten oder -bedingungen	9
Schwierigkeiten mit dem Chef / der Chefin	8
Veränderungen im finanziellem Bereich	7
Aufnahme eines größeren Kredites	6
Aufnahme eines kleineren Kredites	5
Verfallen eines Kredites oder eines Darlehens	4
Veränderungen im Freizeitbereich	3
Veränderungen in den sozialen Aktivitäten	2
Veränderungen in den kirchlichen Aktivitäten	1

7 * 38 14 * 47 21 * 26 28 * 29 35 * 39 42 * 63

6 * 31 13 * 45 20 * 24 27 * 29 34 * 44 41 * 37

5 * 17 12 * 39 19 * 20 26 * 15 33 * 50 40 * 53

4 * 30 11 * 29 18 * 13 25 * 26 32 * 73 39 * 16

3 * 19 10 * 36 17 * 12 24 * 28 31 * 65 38 * 15

2 * 18 9 * 20 16 * 63 23 * 25 30 * 45 37 * 39

1 * 19 8 * 23 15 * 11 22 * 26 29 * 35 36 * 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 angkreuzten Fragen und notieren Sie die Summe auf dem Abschnitt. Bringen Sie diesen bitte zum nächsten Termin mit.

Punkte: _____

Version 3.0, Hamburg 1996-2012

Fig 1 The Holmes and Rahe Social Readjustment Rating Scale (SRRS), as modified and translated into German by Ahlers and Jakstat¹⁴, © dentaConcept, Hamburg.

Abb. 1 Fragebogen Stressbelastung nach Holmes und Rahe, modifiziert von Ahlers und Jakstat¹⁴, © dentaConcept-Verlag, Hamburg.