

# Fragen für Eltern

Datum: \_\_\_\_\_  
Kontrolle des Asthmas über die letzten 4 Wochen

**5** An wie vielen Tagen hatte Ihr Kind in den **letzten 4 Wochen** tagsüber Asthmabeschwerden?

Jeden Tag    An 19-24 Tagen    An 11-18 Tagen    An 4-10 Tagen    An 1-3 Tagen    An keinem Tag

0     1     2     3     4     5

Punkte

**6** An wie vielen Tagen hatte Ihr Kind in den **letzten 4 Wochen** wegen des Asthmas pfeifende Atmung?

Jeden Tag    An 19-24 Tagen    An 11-18 Tagen    An 4-10 Tagen    An 1-3 Tagen    An keinem Tag

0     1     2     3     4     5

Punkte

**7** An wie vielen Tagen ist Ihr Kind in den **letzten 4 Wochen** nachts wegen des Asthmas aufgewacht?

Jeden Tag    An 19-24 Tagen    An 11-18 Tagen    An 4-10 Tagen    An 1-3 Tagen    An keinem Tag

0     1     2     3     4     5

Punkte     **Gesamt**

Es können Punktwerte zwischen 0 und 27 erreicht werden. Auf der Rückseite des Blocks finden Sie die Auswertungen.

Deine Punkte  + Punkte der Eltern  = Gesamtpunktzahl

# Fragen für Kinder

Datum: \_\_\_\_\_  
Kontrolle des Asthmas über die letzten 4 Wochen

**1** Wie ist Dein Asthma heute?

Sehr schlimm    Schlimm    Gut    Sehr gut

0     1     2     3

Punkte

**2** Wie sehr stört Dich Dein Asthma wenn Du rennst, Dich anstrengst oder Sport treibst?

Es stört mich sehr, ich kann nicht tun was ich möchte    Es stört mich und ich mag das nicht    Es stört mich, aber es ist ok    Es stört mich nicht

0     1     2     3

Punkte

**3** Musst Du husten, weil Du Asthma hast?

Ja, die ganze Zeit    Ja, oft    Ja, manchmal    Nein, gar nicht

0     1     2     3

Punkte

**4** Wachst Du nachts auf, weil Du Asthma hast?

Ja, jede Nacht    Ja, oft    Ja, manchmal    Nein, gar nicht

0     1     2     3

Punkte     **Gesamt**

## Fragebogen zur Asthmakontrolle

Dieser Test hilft bei der Einschätzung, wie gut Dein Asthma (4-11 Jahre) kontrolliert ist.

Der Test besteht aus insgesamt 7 Fragen:

4 Fragen, die Du beantworten solltest

3 Fragen, die Deine Eltern beantworten sollten

Bitte wähle bei den ersten 4 Fragen jeweils die zutreffende Antwort aus. Markiere diese Antworten im Anschluss und schreibe die entsprechende Punktzahl in das „Punkte“- Kästchen.

Ermittle die Gesamtpunktzahl, indem Du die Punkte für alle 7 Antworten zusammenzählst. Auf der Rückseite erfährst Du, was Deine Punktzahl bedeutet. Sprich auf jeden Fall mit Deinem Kinderarzt über Dein Ergebnis.

### 1. Schritt

#### Fragen an Dich

Die ersten 4 Fragen kannst Du selbst beantworten (Frage 1-4). Wenn Du beim Lesen oder Verstehen der Fragen Hilfe benötigst, kannst Du natürlich Deine Eltern oder den Arzt fragen. Es ist allerdings wichtig, dass Du selbstständig ankreuzt.

#### Fragen an Deine Eltern

Nun sind Deine Eltern an der Reihe. Bitte Sie, die Fragen auf der nächsten Seite anzukreuzen und sich dabei nicht von Deinen Antworten beeinflussen zu lassen. Es gibt keine falschen oder richtigen Antworten.

### 2. Schritt:

Zähle die Punkte Deiner Antworten und addiere die Punkte der Antworten Deiner Eltern. So erhältst Du den Gesamtwert.

### 3. Schritt:

Auf der Rückseite erfährst Du, was die Punktzahl für Dich bedeutet.

## Ermittle Deinen Asthmawert

### 20 Punkte und mehr:

Herzlichen Glückwunsch! Dein Asthma scheint gut kontrolliert zu sein. Deine Eltern sollten dennoch in regelmäßigen Abständen einen Termin bei Deinem Kinderarzt einplanen.

### 19 Punkte und weniger:

Dein Asthma ist wahrscheinlich nicht ausreichend kontrolliert. Deine Eltern sollten einen Termin mit Deinem/-r Kinderarzt/-ärztin vereinbaren.

Für alle Fragen zum Asthmakontrolltest rufen Sie bitte unsere Service-Nr.: 0180 3456 400 an

Den Asthmakontrolltest können Sie auch schnell und einfach online machen: [www.asthmakontrolltest.de](http://www.asthmakontrolltest.de)

Besuchen Sie auch unser Asthma-Gesundheitsportal [www.luft-zum-leben.de](http://www.luft-zum-leben.de) - nutzen Sie unseren kostenfreien Expertenrat, abonnieren Sie die aktuelle Pollenflugvorhersage und tauschen Sie sich mit anderen Benutzern aus: [www.luft-zum-leben.de](http://www.luft-zum-leben.de)

Germany / German

© 2002, by QualityMetric Incorporated.  
Asthma Control Test is a trademark  
of QualityMetric Incorporated

© GlaxoSmithKline GmbH & Co. KG,  
Prinzregentenplatz 9, 81675 München