SNOT Fragebogen

Sino-Nasal Outcome Test (SNOT 20/25)

Nachfolgend finden Sie eine Liste mit Symptomen und sozialen / emotionalen Konsequenzen Ihres Nasenproblems. Wir würde gerne mehr über Ihre Probleme erfahren und dürfen Sie daher bitten den Bogen nach bestem Wissen und Gewissen auszufüllen. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Nur Sie können uns diese Fragen beantworten und uns damit helfen Ihre Beschwerden besser einzustufen und zu verstehen. Dieser Fragebogen ist im Übrigen nicht spezifisch für ENS sondern es handelt sich dabei um ein validiertes Hilfsmittel zur Beurteilung von Erkrankungen der Nase und Nasennebenhöhlen.

Bitte beurteilen Sie Ihre Beschwerden der letzten zwei Wochen in Bezug auf ihren Schweregrad und die Häufigkeit, mit der sie auftreten.

0 = nicht vorhanden / kein Problem

1 = sehr geringe Beschwerden

2 = milde oder leichte Beschwerden

3 = mittelgradige Beschwerden

4 = schwergradige Beschwerden

5 = so schlimm, wie man es sich vorstellen kann

1. Notwendigkeit sich die Nase zu schneuzen
2. Niesen
3. Naselaufen
4. Hustenreiz
5. Sekretabfluss nach hinten in den Rachen
6. Zähes Nasensekret
7. Ohrdruck
8. Benommenheit
9. Ohrenschmerzen
10. Gesichtsschmerzen
11. Schwierigkeiten einzuschlafen
12. Nächtliches Aufwachen
13. Nicht erholsamer Schlaf
14. Morgendliche Müdigkeit
15. Tagesschläfrigkeit
16. Eingeschränkte Leistungsfähigkeit
17. Eingeschränkte Konzentrationsfähigkeit
18. Frustration / Unruhe/ Aggressivität
19. Traurigkeit
20. Verwirrtheit
21. Trockenheit von Mund und / oder Nase
22. Schwierigkeit durch die Nase Luft zu bekommen
23. Erstickungsgefühl
24. Nase fühlt sich zu weit an
25. Krustenbildung in der Nase
26. Gefühl von übermäßigem Luftstrom
27. Mangelhaftes Gefühl der Nasenatmung
28. Überempfindlichkeit gegen kalte Luft
29. Überempfindlichkeit gegenüber Stoffen wie Parfüm, Rauch etc.
30. Kurzatmigkeit
31. Kurzatmigkeit
32. Nasenbluten
33. Mangel an Sekretbildung
34. Nasenbrennen/Schmerz
35. Nasenentzündung
36. Kopfschmerzen
37. Spannung im Hals während des Einatmens
38. Trockenheit/Schmerzen/Irritationen im Kehlkopfbereich
39. Trockenheit/Schmerzen/Irritationen in Rachen/Bronchen/Lunge
40. Trockene Augen
41. Beeinträchtigung der nasalen Sekretion
42. Schwierigkeiten durch die Nase auszuatmen
43. Beschleunigte Atmung
44. Verlust des Geruchssinns
45. Minderung der Geruchsfähigkeit
46. Unfähigkeit sich auf etwas zu konzentrieren auf Grund der Nasenatmung
47. Beschleunigter Herzschlag
48. Pfeiffender Atem
49. Schwierigkeit die Lungen zu befüllen
50. Panikattacken
51. Angst
52. Depressionen
53. Selbstmordgedanken
54. Fortbestehen der Beschwerden bei Mundatmung
55. Generelle Beeinträchtigungen

Bitte beantworten Sie nur die für Sie 5 wichtigsten Beschwerden mit einer Ziffer von 0 bis 5!