

Symptomkartlegging



Nevrofeedback Norge AS

– Authorized BEE Medic Partner



PERSONALIA

Navn	
Alder	
Dato	
Eventuell diagnose	
Medisiner	
Historikk med hjernerystelse / hodetraume?	
Historikk med fysiske og/eller psykiske traumer?	

Skjemaet fylles ut elektronisk etter avtale. Kontakt: post@nevrofeedback-norge.no

VEILEDNING

Vurder hvert symptom ut fra hvordan du har hatt det den siste måneden, og skriv en skår fra 0 til 10 i kolonnen «Skår».

0	Symptomet gjenkjennes ikke, eller du vet ikke hva det betyr
1–5	Symptomet merkes i hverdagen, men er ikke en begrensning
6–8	Symptomet er tydelig og begrenser hverdagen
9–10	Symptomet er kraftig og invalidiserende, og hindrer en trygg og behagelig hverdag

SØVN	Skår 0–10
1 Vanskelig å sovne, innsovningsproblemer	
2 Avbrudt søvn, oppvåkninger i løpet av natten	
3 Dårlig søvnrytme	
4 Narkolepsi	
5 Nattsvette	
6 Redsel/engstelse om natten	
7 Mareritt eller livlige drømmer	
8 Sengevæting	
9 Uro i bena / restless legs	

Øvrige bemerkninger

--

OPPMERKSOMHET OG LÆRING		Skår 0–10
10	Vansker med å fullføre oppgaver	
11	Vansker med å skifte oppmerksomhet / skifte mellom oppgaver	
12	Vansker med å ta beslutninger	
13	Vansker med å planlegge tid og oppgaver	
14	Lett avledbar / blir lett distraheret	
15	Vansker med å være nærværende og oppmerksom	
16	Vansker med å konsentrere seg	
17	Svak korttidshukommelse	
18	Vansker med å finne ord	
19	Lett for å utsette eller unngå oppgaver	

Øvrige bemerkninger

SENSORISK		Skår 0–10
20	Auditiv hypersensitivitet (overfølsomhet for lyder)	
21	Bil syk	
22	Utfordringer med å oppfatte, tolke eller bearbeide sanseinntrykk fra kroppen	
23	Overfølsomhet for berøring	
24	Tinnitus	
25	Svimmelhet	
26	Visuell hypersensitivitet (overfølsomhet for synsinntrykk)	

Øvrige bemerkninger

ATFERD		Skår 0–10
27	Vanedannende atferd, avhengighet (mat, trening, nikotin e.l.)	
28	Aggressiv atferd	
29	Spiseforstyrrelse (bulimi, anoreksi, tvangsspising e.l.)	
30	Tvangsmessig atferd	
31	Gråtelabil (stadig på gråten)	
32	Snakker mye	
33	Hyperaktivitet	
34	Impulsivitet	
35	Rigid, lite tilpasningsdyktig	
36	Mangel på humoristisk sans	
37	Mangel på sosial interesse	
38	Motoriske og verbale tics	
39	Unngår øyekontakt	
40	Vansker med å delta sosialt	
41	Begrenset / lite utviklet talespråk	
42	Sinneutbrudd	
43	Selvskading	

Øvrige bemerkninger

FØLELSESMESSIG		Skår 0–10
44	Agitert (følelsesmessig urolig / anspent / oppildnet)	
45	Sinne	
46	Angst	
47	Depresjon	
48	Vansker med å bli beroliget av andre	
49	Dissosiative episoder	
50	Lett følelsesmessig påvirket	
51	Frykt	
52	Flashback av traumer	
53	Utålmodig	
54	Irritabel	
55	Manglende følelse av glede	
56	Lav selvfølelse	
57	Humørsvingninger	
58	Negative tvangstanker	
59	Katastrofetenking	
60	Panikkanfall	
61	Selv mordstanker	

Øvrige bemerkninger

FYSISK		Skår 0–10
62	Allergi, astma, overfølsomhet for kjemiske stoff	
63	Mage-/tarmproblemer, irritabel tarm, kronisk forstoppelse	
64	Dårlig balanse, fin- eller grovmotorikk, koordinasjon – klossete	
65	Vansker med å gå og/eller bevege seg	
66	Overanstrengelsessymptomer	
67	Tretthet	
68	Hjerterbank	
69	Forhøyet blodtrykk	
70	Hetetokter	
71	Lav muskeltonus, muskelspenninger, -rykninger, -svakhet e.l.	
72	Kvalme	
73	PMS symptomer	
74	Stivhet, spastisk	
75	Krampeanfall	
76	Hudutslett	
77	Manglende appetitt / sultfølelse	
78	Sukkertrang og sukkeroverfølsomhet	
79	Tremor – ufrivillig skjelving	
80	Inkontinens, enkoprese	
Øvrige bemerkninger		

SMERTER		Skår 0–10
81	Magesmerter	
82	Smerter fra kronisk ømhet	
83	Kroniske nervesmerter	
84	Fibromyalgi	
85	Kjevesmerter	
86	Leddsmerter	
87	Migrene	
88	Muskelsmerter	
89	Spenningshodepine	
90	Isjias	

Øvrige bemerkninger