

THOMAS THRAEN

Facharzt für Psychosomatische Medizin und Naturheilverfahren
Elbinger Straße 6, 89231 Neu-Ulm, praxis@thraen.de

Fragebogen zur Diagnostik einer Elektro-Sensibilität (EHS) / Mikrowellen-Syndrom, 1. Teil

Alle Angaben unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht, sie werden ausschließlich in meiner Praxis ausgewertet, aufbewahrt und nach Abschluß der Studie vernichtet. Zur besseren Übersicht ist die Liste nach Beschwerde-Kategorien geordnet.

Die Zusammenstellung erfolgte nach Durchsicht und Gewichtung 10 verschiedener Patienten-Fragebögen, darunter Prof. Dr. Hecht / www.aerzte-und-mobilfunk.net / www.funkschaden.ch / Dr. phil. R. Sonnenschmidt / EMF-Leitlinien 2016 / Prof. Klaus Buchner; MfEP

Intensitäts-Bewertung : **Nur die ausgeprägteste Beschwerde pro Kategorie angeben!**

Fragebogen bitte drucken, leserlich (Druckbuchstaben) **vollständig** ausfüllen und **per Post** an Arztpraxis senden.

Anders ist keine Auswertung möglich. Das Ergebnis Ihrer Belastung erhalten Sie als pdf via E-Mail.

Bitte hier Vor- u. Familiennamen, Geburtsdatum u. E-Mail-Anschrift eintragen:

Wichtige 1. Frage – bitte ankreuzen:

Wenn Sie mit dem DECT-/Mobiltelefon am Ohr 10 Minuten od. länger telefonieren od. per WLAN am PC arbeiten, bekommen Sie dann

Kopfschmerzen Stechen im Kopf/am Ohr Brennen an der Haut – oder ähnliche Beschwerden trifft nicht zu

Beschwerde-Kategorien	gar nicht	wenig	mittel	stark	Zeitraum der Beschwerden (ca.) von... bis...	Bei bekannter EHS und reduzierter Strahlenbelastung bestehen dennoch folgende Beschwerden:
2. Schlaf						
Schlafstörungen						
Schlaflosigkeit						
nächtliches Erwachen						
erhöhter Schlafbedarf						
3. Erregung						
Nervosität						
schnelle Erregbarkeit						
innere Unruhe						
Angstgefühle						
Panikattacken (begleitet von Unruhe/Zittern/Frösteln)						
inneres Brennen						
unruhige Beine						
Hyperaktivität/ADHS b. Kindern						
Atembeklemmung						
4. Aggressivität						
erhöhte Reizbarkeit						
Angriffslust/Streitsucht						
5. Müdigkeit						
Müdigkeit tagsüber						
Müdigkeit allgemein						
gerädert beim Aufwachen						
das Gefühl, trotz genügend Schlaf unausgeschlafen zu sein						
kein erholsamer Schlaf						
6. Gehirnleistung						
Nachlassen der Konzentration						
weniger Merkfähigkeit						
Vergeßlichkeit nimmt zu						
Lernstörungen treten auf						

Beschwerde-Kategorie	gar	wenig	mittel	stark	Zeitraum der Beschwerden (ca.)		Bei bekannter EHS und reduzierter Strahlenbelastung bestehen trotzdem folgende Beschwerden
	nicht				von...	bis...	
mehr Fehler beim Arbeiten							
Wortfindungsstörungen							
Sprechfehler treten auf							
Schreibfehler nehmen zu							
Koordinationschwierigkeiten							
7. Kopfschmerzen							
Kopfschmerzen allgemein							
Migräne							
Druck im Kopf							
8. Leistungsverlust							
Leistungsverlust allgemein							
chronische Erschöpfung							
schnelle Ermüdbarkeit							
Antriebsarmut							
9. Ohren							
Tinnitus / Klingeln i. d. Ohren							
ungewöhnliche Ohrgeräusche							
Ohrensausen							
Lärmempfindlichkeit							
Druck- od. Wärmegefühl							
Stechen in den Ohren							
10. Herz							
Herzrasen							
hoher Puls							
Herzrhythmusstörungen							
Herzschmerzen							
EKG-Veränderungen							
Reizleitungsstörungen							
Auffälligkeiten bei Herzratenvariabilität, falls je gemessen							
11. Depression							
des öfteren Antriebslosigkeit							
depressive Stimmung mit Niedergeschlagensein							
Unlustgefühle							
Hilflosigkeitsgefühle							
Gedanken an Selbsttötung							
12. Gleichgewicht							
Gleichgewichtsstörungen							
Schwindelgefühle							
13. Haut							
Mißempfindungen auf d. Haut							
Brennen							
Kribbeln							
Taubheitsgefühle							
Rötung							
Ekzeme							
Allergische Reaktionsneigung							
14. Haar							
Haarausfall							
Probleme mit dem Haar							
Sonstiges							

Beschwerde-Kategorie	gar	wenig	mittel	stark	Zeitraum der Beschwerden (ca.) von... bis...	Bei bekannter EHS und reduzierter Strahlenbelastung bestehen trotzdem folgende Beschwerden
	nicht					
15. Schilddrüse						
Überfunktion v. Labor bestätigt						
Hashimoto						
Knotenbildung						
sonstige Fehlfunktion						
16. Immunabwehr						
Verminderte Immunabwehr mit erhöhter Infektanfälligkeit						
Nasennebenhöhlenentzündung						
des öfteren Schnupfen						
Neigung zu verstopfter Nase						
Schleimhaut-Reizung						
Nasenbluten						
trockener Hals und Mund						
17. Augen						
Sehstörungen						
Nachlassen der Sehkraft in der zweiten Tageshälfte						
des öfteren Augenentzündung						
Augen sind trocken, schmerzen						
Grauer Star unter 55 Jahren						
Grauer Star einseitig						
18. Muskelapparat						
Nackensteifigkeit morgens						
Kieferschmerzen (u. an Zähnen)						
Neigung zum Zähneknirschen						
Muskel-/Gelenksbeschwerden						
Gliederbeschwerden						
Bewegungseinschränkung						
allg. morgendliche Steifigkeit						
19. Verdauung						
Verdauungsstörungen treten auf						
Reizdarm-Syndrom						
ab und zu Übelkeit						
wiederholt Appetitlosigkeit						
20. Schwitzen						
öfter mal Schweißausbrüche						
Auftreten von Nachtschweiß						
21. Tumoren						
Tumor im Kopf (Glioblastom)						
Herz-Tumor (Schwanom)						
Gehörgangsnerv (A.-Neurinom)						
Schilddrüsentumor						
22. Fruchtbarkeit						
Reduzierte Zeugungsfähigkeit						
Reduzierte Empfängnisfähigkeit						
Hormonstörungen						
23. Sonstige Beschwerden						
Weitere Beschwerden, die sich durch Mobilfunkstrahlung ver- schlimmern, besonders nach längerer Arbeit unter WLAN						

Beschwerde-Kategorie	gar	wenig	mittel	stark	Zeitraum der Beschwerden (ca.) von... bis...	Bei bekannter EHS und reduzierter Strahlenbelastung bestehen trotzdem folgende Beschwerden
	nicht					
24. Weitere Belastungen						
Amalgam-Füllungen						
<input type="checkbox"/> Titan <input type="checkbox"/> Aluminium						
<input type="checkbox"/> Kupfer <input type="checkbox"/> Chrom						
<input type="checkbox"/> Nickel <input type="checkbox"/> Blei						
<input type="checkbox"/> Palladium						
beruflich chemische Belastung						
chem. Belastung durch Pestizide						

Allen Patienten zur Kenntnis:

Im international aktuell gültigen Diagnoseschlüssel ICD-10-GM 2020 wird EHS nicht aufgeführt, somit als nicht existent bezeichnet. Ärzten, die mit dem EHS-Beschwerdebild vertraut sind, wird so die Möglichkeit genommen, per Diagnoseschlüssel die erforderliche Behandlung abzurechnen.

2. Teil: Lebensumgebung und Ereignisse

Erfassung von Gesundheitsschäden durch hochfrequente elektromagnetische Felder

Mobilfunk-Belastung zu Hause

1. WLAN in der Wohnung ja nein

Seit wann nutzen Sie WLAN? Monat/Jahr: damaliges Lebensalter :

Ich nutze kein WLAN mehr seit _____

Wie lange ist Ihr WLAN zur Zeit in Betrieb? rund um die Uhr? ja nein

Ich schalte es ab in der Zeit zwischen _____ Uhr und _____ Uhr

Entfernung Router–Schlafplatz in Metern _____

Wie viele aktive WLAN-Nachbarn sehen Sie auf Ihrem mobilen Gerät beim Aktivieren/Einwählen? _____

2. Mobiltelefon ja nein

Seit welchem Jahr nutzen Sie ein Mobiltelefon/„smartphone“? _____

Nutzungsdauer des Geräts pro Tag (☎ und Internet) in Minuten aktuell: früher:

Wie viele Minuten davon über WLAN (E-Mails abrufen/„WhatsApp“/Internet/„streaming“)? _____

Davon ca. wie viele Minuten Empfang über „Mobile Daten“ (externe Mobilfunkmasten)? aktuell: früher:

Davon ca. wie viele Minuten mit Hilfe von „bluetooth“ aktuell: früher:

Telefonieren mit Mobiltelefon/„smartphone“: am Ohr mit Lautsprecher-Funktion mit Schnur-Kopfhörer („head-set“)
 mit „bluetooth“-Kopfhörer („head-set“) oder -Knopf im Ohr

An welcher Kopfseite halten Sie meist Ihr Mobiltelefon links rechts nie direkt am Kopf

Kennen Sie den technischen Unterschied zwischen Empfang über WLAN und Empfang über „Mobile Daten“? ja nein

3. DECT (Schnurlos-) Telefon ja nein

Seit welchem Jahr nutzen Sie ein DECT-Telefon? _____ bzw. nutzten es früher im Zeitraum von _____ bis _____

Gesamtdauer (ca.) Ihrer Telefonate in Minuten pro Tag? aktuell: früher:

direkt am Ohr mit eingeschalteter Lautsprecher-Funktion mit Kopfhörer („head-set“)

4. Drucker im WLAN-Betrieb ja nein

Seit welchem Jahr? _____

Wie viele Meter ist der Drucker vom Router entfernt? _____ (Strahlungsintensität steigt mit der Entfernung)

Befindet sich Ihr Arbeitsplatz in Luftlinie zwischen Router und Drucker? ja nein

5. Energiesparlampen im Nahbereich (Schreibtisch, Leselampe, Nachttisch) ja nein

Wenn ja, seit welchem Jahr? _____

Befinden sich Energiesparlampen in dem Raum, in dem Sie sich tagsüber am längsten aufhalten? ja nein

6. Mobilfunk-Sendemasten in der Umgebung Ihrer Wohnung (bis ca. 1.000 m Entfernung) ja nein

Anzahl der Mobilfunk-Sendemasten (auf Häusern, Pfählen) innerhalb ca. 1 km von Ihrer Wohnung? _____ Entfernungen in m _____
Herausfinden unter <https://emf3.bundesnetzagentur.de/karte/default.aspx> ▶ Adreßeingabe ▶ suchen ▶ Kartenansicht ▶ nächstliegende Antenne anklicken
Dort läßt sich durch Klicken auf „Information“ die Anzahl der Antennen ermitteln, mit „Google maps“ der ungefähre Abstand zur eigenen Wohnung. Unter 1 km grundsätzlich erhöhte Strahlungsbelastung, insbesondere bei Sichtkontakt zum Sendemasten. Eine weitere gute Funktion zur Ermittlung der Netzabdeckung gibt es unter <https://www.nperf.com/de/map/DE/-/187895.T-Mobile/signal/?ll=51.32461507737854&lg=10.449999999999996&zoom=6>.
Dort lassen sich alle Netzanbieter und deren Abdeckung bei Ihnen zu Hause abrufen.

Mobilfunk-Belastung am Arbeitsplatz

1. Ist dort WLAN-Strahlung installiert? ja nein

Seit wann an diesem Arbeitsplatz / Arbeitsumfeld (Monat/Jahr)? _____

Besteht WLAN-Dauerbetrieb? ja nein

2. Nutzen Sie ein dienstliches Mobiltelefon? ja nein

Gesamtdauer der Telefonate pro Tag in Minuten (aktuell) _____ früher _____

direkt am Ohr mit Lautsprecher-Funktion mit Schnur-„head-set“ mit „bluetooth head-set“ oder -Knopf im Ohr

Wo halten Sie meistens Ihr Mobiltelefon am Kopf? links rechts nie direkt am Kopf

Wie viele Kollegen nutzen ihr Mobiltelefon im online-Modus in der Nähe Ihres Arbeitsplatzes? Schätzungsweise _____ Kollegen

3. Befinden sich Drucker im WLAN-Betrieb? ja nein

Seit welchem Jahr? _____

Wie viele Meter ist der Drucker vom Router entfernt? _____ (Strahlungsintensität steigt mit der Entfernung)

Befindet sich Ihr Arbeitsplatz in Luftlinie zwischen Router und Drucker? ja nein

4. Mobilfunk-Sendemasten in der Umgebung Ihres Arbeitsplatzes

Anzahl der Mobilfunk-Sendemasten (auf Häusern, Pfählen) innerhalb ca. 1 km von Ihrem Arbeitsplatz? _____ Entfernungen in m _____
Berechnung siehe oben.

Subjektive Einschätzungen

1. Beschwerden

Welche Veränderungen beobachten Sie an Ihrem Körper, wenn Sie mit dem DECT- oder Mobiltelefon telefoniert oder am PC / Notebook-PC / Tablett-PC über WLAN gearbeitet haben?

Nach ca. wie vielen Minuten beginnen bei Ihnen die Beschwerden? _____

Nehmen Sie einen Zusammenhang wahr zwischen den von Ihnen geschilderten Beschwerden und der Mobilfunkstrahlung? ja nein

Gibt es Umstände, unter denen sich Ihre Beschwerden verringern oder verschwinden? _____

Gibt es Orte, an denen die Beschwerden spürbar zunehmen? _____

Gibt es Orte, an denen die Beschwerden spürbar abnehmen? _____

Würden Sie sich aufgrund Ihrer Erfahrungen als besonders elektrosensibel bezeichnen? ja nein

Wenn ja, seit wann (Monat/Jahr)? _____ Seit welchem Lebensalter? _____

Vermuten Sie ein auslösendes Ereignis? _____

Können Sie das Auftreten bestimmter Beschwerden zweifelsfrei in Zusammenhang mit Mobilfunkstrahlung bringen? ja nein

2. Soziale Ebene

Leiden Familienmitglieder, Hausbewohner oder Arbeitskollegen an ähnlichen Beschwerden durch Mobilfunkstrahlung? ja nein

Mußten Sie wegen Beschwerden durch Mobilfunkstrahlung schon einmal ihren Wohnort wechseln? ja nein

Mußten Sie wegen Beschwerden durch Mobilfunkstrahlung schon einmal Ihren Arbeitsplatz wechseln/aufgeben? ja nein

3. Weitere mögliche Auslöser Ihrer Beschwerden oder Auffälligkeiten

Wurden bei Ihnen Amalgam- (oder Gold- oder Titan-) Füllungen entfernt? ja nein Wieviele? _____ Wann? _____

Falls ja: Wurde Ihre Mundschleimhaut während des Ausfräsens vor dem Eindringen des Metalls geschützt? ja nein

Erfolgte danach Amalgam-Ausleitung (z. B. durch naturheilkundl. Verfahren)? ja nein

Sind Ihre Beschwerden nach Amalgam-Entfernung/-Ausleitung abgeklungen? ja nein

Sind Sie beruflich oder privat Schwermetallen, chemischen Dämpfen, Pestiziden, anderen chem. Stoffen, Schimmelpilzen ausgesetzt? ja nein

Verwenden Sie Deos, Sonnencreme oder Kosmetika, die Aluminiumoxid enthalten – oder Titanoxid in Sonnen- bzw. Zahncreme? ja nein

Liegt Ihnen eine laborchemische Messung zur Quecksilber-Belastung im Blut vor (Blut-/Urin-Untersuchung, Haaranalyse)? ja nein

Leiden Sie unter Gluten- oder Histamin-Unverträglichkeit? ja nein Ist Ihnen eine Mitochondriopathie bekannt? ja nein

Ist ein Melatonin-Mangel per Laboruntersuchung bekannt? ja nein Wurde jemals die Herzraten-Variabilität gemessen? ja nein

Wenn ja, gab es Auffälligkeiten im Zusammenhang mit Mobilfunkbelastung? ja nein

**Die Auswertung Ihrer Angaben geschieht ehrenamtlich im Rahmen der
BÜRGERINITIATIVE BRENNPUNKT 5G REGION ULM/NEU-ULM.**

**Zur Unterstützung unserer Arbeit bitten wir Sie herzlich um eine Spende von € 10,00 auf das Konto der Bürgerinitiative:
Brennpunkt 5G – IBAN DE97 6305 0000 0021 3069 89 – Sparkasse Ulm**

4. Auftreten von Beschwerden im Lebenslauf (7-Jahres-Abschnitte)

In der nun folgenden Tabelle können Sie, wenn gewünscht, das erstmalige Auftreten von Beschwerden angeben, die – im Rückblick – Ihrer Einschätzung nach mit Mobilfunkbelastung zusammenhängen. Als Auslöser können z. B. tiefgreifende Lebensereignisse in Frage kommen. Solche Ereignisse könnten z. B. sein:
Umwelt: Beginn d. Mobilfunkgeräte-Nutzung; Aufstellung v. Mobilfunk-Sendemasten/Überland-Stromleitungen, Trafo-Stationen; Bau von Bahnlinien u. a.
Häusliches Umfeld: Umzüge, Renovierungen; neue Möbel; andere Raumfarben; neues Auto mit „bluetooth“- od. Navigations-Einrichtung u. a.
Erfahrungen: Besondere emotionale Belastungen; einschneidende, schockartige oder traumatische Erlebnisse.

Gefragt ist Ihre Einschätzung nach eigener Empfindung. Ihre Angaben, da personenbezogen, dürfen gegebenenfalls ungenau sein, zumal die Beschwerden ja erst im Nachhinein mit Lebensereignissen in Verbindung gebracht werden können.

Eine persönliche Zeitachse

Kalenderjahre	Zeitspanne	aufgetretene Beschwerden	Lebensereignisse
	1. – 7. Lebensjahr		
	8. – 14. Lebensjahr		
	15. – 21. Lebensjahr		

	22. – 28. Lebensjahr		
	29. – 35. Lebensjahr		
	36. – 42. Lebensjahr		
	43. – 49. Lebensjahr		
	50. – 56. Lebensjahr		
	57. – 63. Lebensjahr		
	64. – 70. Lebensjahr		
	71. – 77. Lebensjahr		
	78. – 84. Lebensjahr		

Sollte der Platz nicht ausreichen, nehmen Sie bitte die Rückseite hinzu.