

Navn: _____

Dato: _____

1. Beskriv problemet med dine egne ord uten å bruke ordet svimmelhet:

2. Beskriv problemet (sett sirkel rundt alle som passer)
 - a. Svimmelhet
 - b. Karusellsvimmelhet
 - c. Ustødig
 - d. Ørhet
 - e. Annet: _____

3. Har du sett noen andre for dette problemet? **Nei / Ja**
 - a. Hvem har du sett?

 - b. Hvilken behandling har du fått?

 - c. Hvordan responderte du?

4. Har du hatt dette problemet før? **Nei / Ja**
 - a. Når og hvor mange ganger har du hatt dette før?

 - b. Oppsøkte du noen for dine tidligere episoder av svimmelhet? **Nei / Ja**

 - c. Hvilken behandling fikk du?

 - d. Hva var resultatene av behandlingen?

5. Har du noen gang hatt følgende symptomer:
 - a. Spinner i sirkler? **Nei / ja** Beskriv hvilken retning:

 - b. Faller/lener mot en side? **Nei / ja** Beskriv hvilken side:

 - c. Verden spinner rundt deg? **Nei / ja** Beskriv hvilken retning:

6. Har du hatt noen fall grunnet dette problemet? **Ja / nei**

a. Har du skadet deg som følge av fallet? **Nei / ja** Forklar:

7. Følgende beskriver et typisk svimmelhetsanfall.

a. Når hadde du din første episode? _____

b. Hvor var du og hvordan startet det første svimmelhetsanfallet du hadde?

c. Tok du medisiner av noe slag når symptomene begynte? **Nei / ja** Forklar:

d. Er det noe som trigger episodene av svimmelhet? **Nei / Ja** Forklar:

e. Hadde du forkjølelse eller influensa før siste episode av svimmelhet? **Nei / ja**

f. Hvor ofte får du svimmelheten? _____

g. Hvor lenge varer hver episode?

h. Hvilken tid på dagen blir du svimmel?

i. Er du helt fri for svimmelheten mellom episodene? **Nei / ja**

j. Blir du hovedsakelig svimmel når du setter deg opp eller står opp raskt?
Nei / ja

k. Er det noen posisjoner du blir mest svimmel i? **Nei / Ja** Beskriv:

l. Er du svimmel også når du ligger nede? **Nei / Ja**

m. Har du problemer med å komme deg opp i senga? **Nei / Ja**

n. Blir problemet du har verre når du snur deg i senga? **Nei / ja**

o. Gjør raske hodebevegelser problemet verre? **Nei / ja**

p. Har du problemer med å lese? **Nei / ja**

q. Blir svimmelheten verre når du ser opp? **Nei / ja**

r. Blir problemet verre når du går mellom hyllene i butikken? **Nei / ja**

s. Har du problemer med å gå i mørket? **Nei / ja**

t. Er svimmelheten bedre når du ligger eller sitter helt stille? **Nei / ja**

u. Er det noe som gjør episodene med svimmelhet bedre? **Nei / Ja** –
forklar: _____

8. De neste spørsmålene relaterer til andre symptomer du har:
- a. Blir du kvalm når du er svimmel? **Nei / ja**
 - b. Svartner det eller svimer du av når du blir svimmel? **Nei / ja**
 - c. Har du trykk, lokkfølelse eller ringing i ørene? **Nei / ja**
 - d. Har du hatt smerte eller utflod fra ørene? **Nei / ja**
 - e. Har du mistet hørsel eller redusert hørsel? **Nei / ja**
 - f. Har du alvorlige eller tilbakevendende hodepiner **Nei / ja**?
 - g. Har du merket problemer med synet som dobbeltsyn eller uklart syn? **Nei / ja**
 - h. Har du merket noe av følgende:
 - i. Klumsethet
 - ii. Ukoordinerte bevegelser
 - iii. Problemer med jevne bevegelser av armen
 - iv. Problemer med jevne bevegelser av beina
 - v. Ingen av disse
 - i. Snubler eller går du mot siden når du går? **Nei / Ja** Hvilken side?

 - j. Har du problemer med konsentrasjon eller hukommelse? **Nei / ja**
 - k. Har du hatt noen nylige hodetraumer? **Nei / Ja** Forklar:

 - l. Hadde du ulykke / traume før eller når du ble svimmel? **Nei / Ja** Forklar:

9. Disse spørsmålene dreier seg om hvordan svimmelheten/ustøheten relaterer til hverdagslige aktiviteter.
- a. Gjør dette problemet deg frustrert? **Litt – Moderat – Ekstremt**
 - b. Begrenser problemet reising for deg? **Nei / ja**
 - c. Blir du flau foran andre? **Nei / ja**
 - d. Påvirker problemet dit sosiale liv /aktiviteter? **Nei / ja**
 - e. Må du unngå høyder? **Nei / ja**
 - f. Er du redd folk tror du er full eller beruset? **Nei / ja**
 - g. Er du selvhjulpen i pleie av deg selv (f.eks hygiene) **Nei / ja**
 - h. Påvirker dette problemet muligheten til å arbeide? **Nei / ja**
10. Hva tror du er grunnen til at du har svimmelheten?
