

# Asthmakontrolltest ACT™ für Kinder





Asthmakontrolltest für Kinder

# 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 jedem 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.

## 4 Fragen für Kinder

Datum: \_\_\_\_\_

Kontrolle des Asthmas über die letzten 4 Wochen

**1** Wie ist Dein Asthma heute?

Sehr schlimm	Schlimm	Gut	Sehr gut	Punkte
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="text"/>

**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.	Punkte
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="text"/>

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

Ja, die ganze Zeit.	Ja, oft.	Ja, manchmal.	Nein, gar nicht.	Punkte
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="text"/>

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

Ja, jede Nacht.	Ja, oft.	Ja, manchmal.	Nein, gar nicht.	Punkte	Gesamt
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="text"/>	<input type="text"/>

# 3 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
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 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
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 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
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 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



## Ermittle Deinen Asthmawert

### 20 Punkte und mehr:

Herzlichen Glückwunsch! Dein Asthma scheint gut kontrolliert zu sein. Deine Eltern sollten dennoch einen Termin mit Deinem/-r Kinderarzt/-ärztin vereinbaren.

### 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 Asthma Kontrolltest rufen Sie bitte unser **Med Info & Service Center** an 0180 3456 300 (9 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz, abweichender Mobilfunktarif)

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,  
Theresienhöhe 11, 80339 München