

## Invulinstructie

Vóór u ligt een vragenlijst waarmee we een aantal eigenschappen van uw kind in kaart kunnen brengen. We raden aan hiervoor één of meer weken de tijd te nemen.

Begin met de lijst op de volgende bladzijden een keer helemaal door te lopen. Onderstreep de eigenschappen die u bij uw kind duidelijk herkent. Het is niet nodig dit samen met uw kind te doen, wél kan het gunstig zijn dit als ouders/verzorgers samen te doen.

De dagen daarna let u op, of u nog andere eigenschappen duidelijk herkent. Wanneer u zeker bent, onderstreept u de juiste omschrijving(en).

Neemt u bovendien af en toe, bijvoorbeeld twee maal per week, de hele lijst door. Misschien zijn er eigenschappen waar u intussen zeker over geworden bent. Deze kunt u nu ook onderstrepen.

Na 1 tot 4 weken zal dit werk klaar zijn. Stuur u dan deze lijst met antwoorden naar mij terug vóór onze volgende afspraak, zodat ik me kan voorbereiden om, samen met u, naar een passend homeopatisch geneesmiddel te zoeken.

Veel succes!

## Eigenschappen ADHD/ADD

Lichamelijke onrust; overbeweeglijk

Verstrooid; ongeconcentreerd

Prikkelbaar; snel boos; driftbuien

Afkeer van aanraking; aanraking is onprettig

Overgevoelig voor (helder) licht

Erger door ingespannen kijken (bijv. onrust na tv kijken of na 'n computerspelletje)

Gehoor is overgevoelig; verdraagt herrie *van anderen* slecht

Reukzintuig is meer dan normaal gevoelig

Smaakzintuig is zwakker dan normaal (doet overal pittige kruiden, of bv. ketchup, bij)

Heeft het snel te warm; behoefte kleren uit te doen

Klachten verergeren door warmte (bijv. warm weer; warme kamer)

Klachten verbeteren door kou

Heeft het snel te koud; behoefte zich dik aan te kleden

Klachten verergeren door kou

Traag van begrip; heeft dingen pas laat door; denkt langzaam

Zwak geheugen

Overmatig behoefte aan beweging; behoefte aan sporten

Klachten verbeteren door of tijdens beweging

Afkeer van bewegen; traag

Krampen door schrijven; schrijven is vermoeiend

Meestal gaat het 's-morgens slechter, meteen na het wakker worden

Meestal is het gedurende de ochtend slechter

Meestal gaat het 's-middags slechter

Meestal gaat het 's-avonds slechter

Verdrietig; neerslachtig; snel in tranen

# Algemene vragenlijst

Schrijf hieronder de gezondheidsproblemen van uw kind op, die niet tot zijn of haar ADHD/ADD klachten behoren. Gebruik voor ieder probleem (ziekte, klacht) een nieuwe regel.

Noteer ook, wanneer het probleem voor het eerst is opgetreden.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Onderstreep in de lijst op de volgende bladzijden s.v.p. alleen de antwoorden die optreden *tijdens* één van de ziekten of klachten, die u hierboven heeft opgeschreven. Dus niet wanneer ze te maken hebben met ADHD/ADD.

Onderstreep alleen, als het symptoom of eigenschap *duidelijk* is of *vaker optreedt*, en alleen, indien het *in het afgelopen jaar* is opgetreden.

Het woord 'verergert' kan ook betekenen 'veroorzaakt door', en kan ook betekenen 'is pijnlijk'.

Wanneer u twijfelt, schrijf dan in uw eigen woorden het antwoord op.

## **Oorzaken**

Weer is koud / vochtig / droog / warm

Afkoeling van het lichaam

Weer is nat-koud

Wind, tocht

Door en door nat geweest

Koud geworden na zweten

Teveel zonnestraling

Gebrek aan slaap

Emoties / ergernis / gekwetstheid /  
verdriet / schrik / kwaadheid / angst /  
ongelukkige liefde

Andere oorzaken:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## **Invloeden**

### ***Temperatuur, lucht***

Warmte verergert / verbetert

Koude verergert / verbetert

Aankleden verergert / verbetert

Uitkleden verergert / verbetert

Buiten zijn verergert / verbetert

Behoeftte aan / afkeer aan frisse lucht

Binnen zijn verergert / verbetert

## ***Beweging en houding***

Behoeftte / afkeer aan bewegen

Beweging verergert / verbetert

Lichamelijke inspanning verergert /  
verbetert

Rust verergert / verbetert

Liggen verergert / verbetert

Zitten verergert / verbetert

Staan verergert / verbetert

Na opstaan van bed of stoel verergert  
/ verbetert

## ***Zintuigen***

Aanraking verergert / verbetert

Druk van buiten af verergert / verbetert

Wrijven en masseren verergert /  
verbetert

Licht (fel) verergert / verbetert

Gehoor is gevoelig / verzwakt

Reukzin is gevoelig / verzwakt

## **Plaatselijke symptomen**

### ***Hoofd***

Geestelijke inspanning verergert /  
verbetert

Ingespannen kijken verergert /  
verbetert

Lezen verergert / verbetert

Spoken verergert / verbetert

Zingen verergert / verbetert

Huilen verergert / verbetert

Vochtige omslagen verergert /  
verbetert

Neusbloedingen helderrood / donkerrood

Hoofdpijn verergert / verbetert door:

.....

Verstopte neus tijdens verkoudheid

Snotverkouden

Neiging tot verstopt gevoel aan de oren

Tandenknarsen

### **Borstkas**

Pols is hard, week, snel, langzaam

Pols is onregelmatig

Hoesten droog / met slijm

Hoesten uitgelokt door:

.....

Hoest slijm is etterig / geel / groen / wit

Slijm smaakt metalig / zoet / zout / afstotend

### **Spijvertering**

Dorstig / weinig dorst

Hongerig / geen trek

Pijn bij slikken

Koude voeding verergert / verbetert

Warme voeding verergert / verbetert

Speekselproductie verminderd / versterkt

Drinken verergert / verbetert

Eten verergert / verbetert

Voedingsmiddelen waar ik last van heb:

.....

.....

Diarree is pijnlijk / pijnloos

Verstopping / darmtraagheid

Ontlasting groen / geel / zwart / te groot / scherp ruikend / zuur ruikend

Erger door stoelgang: tevoren / tijdens / erna

Vermagering / overgewicht

### **Urinewegen en geslachtsorganen**

Menstruatie sterk / zwak / te vaak / te zelden / te kort / te lang

Menstruatiebloed helder / donker

Klachten voor / aan het begin / tijdens / na de menstruatie

Afscheiding aanwezig / wit / geel / groen / jeukend / schraal / slecht ruikend

Urineverlies overdag / 's-nachts

Pijnlijke urinelozing vooraf / bij het begin / tijdens / aan het einde / erna

Urine is schraalmakend / brandend / stinkend

### **Beweging**

Spieren zijn slap / stijf

Verandering van houding verergert / verbetert

### **Huid**

Uitslag droog / nattend

Wratten en andere huidgroeisels

Slechte wondgenezing / zweren

Sterk zweten. Waar?

.....

Geur van het zweet ruikt slecht / zuur

***Slaap***

Bij inslapen verergert / verbetert

Ontwaken verergert / verbetert

Slaap is vaster, dieper

Slaap laat in / niet meer in slaap  
vallen na 's-nachts wakker  
worden

Vaak wakker 's-nachts

***Psychische veranderingen***

Alleen zijn verergert / verbetert

Gezelschap verergert / verbetert

Vrolijk / verdrietig

Rustig / prikkelbaar

Afkeer van troost wanneer verdrietig

**Overige oorzaken, verbeteringen, verergeringen, die  
hierboven niet gevraagd zijn:**