Selbsttest Spannungstypkopfschmerz

Dieser Selbsttest soll nicht die ärztliche Diagnose ersetzen.

Ihre Kopfschmerzen dauern **zwischen 30 Minuten und 7 Tage**

NEIN

JA

Zwei der folgenden Kennzeichen treffen auf Ihre Kopfschmerzen zu:

- beidseitig
- dumpf
- behindert Ihre üblichen Aktivitäten wenig oder nicht
- verstärkt sich nicht durch körperliche Anstrengungen, kann dadurch sogar besser werden

NEIN

JA

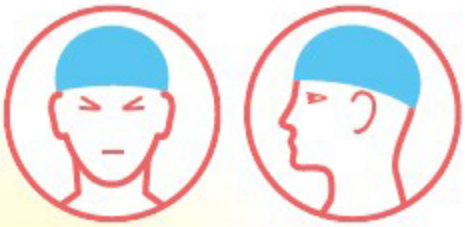
Ein Kennzeichen dieser Eigenschaften muss mindestens zutreffen:

- keine Übelkeit, kein Erbrechen
- höchstens licht- oder lärmempfindlich

NEIN

JA

Sie leiden wahrscheinlich an Spannungskopfschmerzen, lesen Sie dazu das Kapitel **«Spannungskopfschmerzen»**

Andere Kopfschmerzart wie z. B.:

- Migräne
- Cluster
- sekundäre Kopfschmerzen