ASTHMA-KONTROLL-TEST
FÜR KINDER ZWISCHEN 4 UND 11 JAHREN

Wie wird der Asthma-Kontroll-Test gemacht?

Der Test besteht aus insgesamt 7 Fragen: 4 Fragen, die du beantworten sollst, 3 Fragen, die Deine Eltern beantworten sollten.
Wähle bei den ersten 4 Fragen jeweils die zutreffende Antwort aus. Markiere diese Antworten im Anschluss und schreibe die entsprende 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 jeden Fall mit Deinem Kinderarzt über Dein Ergebnis.

Name: _____ **Datum:** _____

Fragen an Dich: **Punkte**

1. Wie ist Dein Asthma heute?

1 Sehr schlimm **2** Schlimm **3** Gut **4** Sehr gut

2. Wie sehr stört Dich Dein Asthma wenn Du rennst, Dich anstrengst oder Sport treibst?

1 Es stört mich sehr, ich kann nicht tun was ich möchte **2** Es stört mich und ich mag das nicht **3** Es stört mich, aber es ist ok **4** Es stört mich nicht

3. Musst Du husten, weil Du Asthma hast?

1 Ja, die ganze Zeit **2** Ja, oft **3** Ja, manchmal **4** Nein, gar nicht

4. Wachst Du nachts auf, weil du Asthma hast?

1 Ja, jede Nacht **2** Ja, oft **3** Ja, manchmal **4** Nein, gar nicht

Insgesamt

Fragen an deine Eltern: **Datum:** _____

5. An wie vielen Tagen hatte Ihr Kind in den letzten 4 Wochen tagsüber Asthmabeschwerden?

0 Jeden Tag **1** An 19-24 Tagen **2** An 11-18 Tagen **3** An 4-10 Tagen **4** An 1-3 Tagen **5** An keinem Tag

6. An wie vielen Tagen hatte Ihr Kind in den letzten 4 Wochen wegen des Asthmas pfeifende Atmung?

0 Jeden Tag **1** An 19-24 Tagen **2** An 11-18 Tagen **3** An 4-10 Tagen **4** An 1-3 Tagen **5** An keinem Tag

7. An wie vielen Tagen ist Ihr Kind in den letzten 4 Wochen nachts wegen des Asthmas aufgewacht?

0 Jeden Tag **1** An 19-24 Tagen **2** An 11-18 Tagen **3** An 4-10 Tagen **4** An 1-3 Tagen **5** An keinem Tag

Insgesamt

Deine Punkte **+ Punkte der Eltern** **= Gesamtpunktzahl**

20 Punkte und mehr –
Herzlichen Glückwunsch!
Dein Asthma scheint gut kontrolliert zu sein. Deine Eltern sollten dennoch in regelmäßigen Abständen einen Termin bei Deinem Kinderarzt einplanen.

19 Punkte und weniger –
Dein Asthma ist wahrscheinlich nicht ausreichend kontrolliert. Deine Eltern sollten einen Termin mit Deinem/-r Kinderarzt/-ärztin vereinbaren.