

Beobachtungsbogen Hämopyrrolaktamurie

Name: _____

Geburtsdatum: _____

Anschrift: _____

Beschwerden (zutreffendes ankreuzen):

v.a. B6-Mangel bedingt:

- Störung des Kurzzeitgedächtnisses
- Kein room to room memory
- schlechtes Namensgedächtnis und Zuhörvermögen
- fehlende Trauererinnerung
- innere Unruhe
- nervöse Störungen, Empfindungsstörungen
- Nervenentzündungen
- Karpaltunnelsyndrom
- Gelenkschmerzen (wandernde)
- Muskelzuckungen, -zittern
- (Muskel)Krämpfe
- Angstzustände
- Verwirrung
- Depressive Zustände
- Kopfschmerzen, Migräne
- Schlafstörungen
- Müdigkeit
- Schwäche
- Hypotonie
- kalte Füße
- Knotenbildung der Schilddrüse, Kropfbildung
- Menstruationsbeschwerden (zu starke, zu wenige, ausbleibende Blutungen)
- Zyklusunregelmäßigkeiten
- Prämenstruelle Beschwerden
- Knoten, Missempfindungen in den Brüsten
- Myome
- Fruchtbarkeitsstörungen
- Störungen der Sexualfunktion
- Komplikationen während der Schwangerschaft
- Fehlgeburt(en)
- anfallsartige Krämpfe bei Säuglingen
- Hyperaktivität
- Allergien
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Verdauungsstörungen
- Bauchschmerzen
- Blähungen
- Neigung zu Durchfällen oder Verstopfung
- Reizdarm
- morgendliche Übelkeit

- Flecken auf der Haut (gerötet, schuppig, schmerzhaft, fettig, juckend)
- schmerzhaftes Einrisse an den Mundwinkeln
- blasse Haut
- Anämie (spricht auf Eisengabe nicht an), Eisenmangel
- Gallen-, Nierensteine
- hypoglykämische Beschwerden (ca. 3-4 Stunden nach Nahrungsaufnahme Unruhe, Zittern, Leistungsabfall)

v.a. Zinkmangel bedingt:

- weiße Flecken an den Fingernägeln
- brüchige Nägel, Querfurchen an Nägeln
- struppige Haare
- Haarausfall
- Strohhige Haare
- helle Haut
- Striae der Haut, Schwangerschaftsstreifen
- Akne
- Ekzeme
- Psoriasis
- Neurodermitis
- Verhornungen
- verzögerte Wundheilung
- geschwächtes Immunsystem (infektanfällig)
- verminderte Geruchs- und Geschmacksempfindung
- Wachstumsstörungen
- enge Zahnstellung (Oberkiefer)
- schlechter Zahnschmelz
- zurückgezogenes Zahnfleisch
- Rücken-/Gelenkschmerzen
- Depressionen
- Schizophrenie
- späte Pubertät
- Unterfunktion der Sexualorgane
- Unfruchtbarkeit
- Fehlende Trauererinnerung
- Prostataerkrankungen
- Maculadegeneration
- Nachtblindheit
- Appetitlosigkeit

- Magersucht
 - Eiweißunverträglichkeit
 - Reizbarkeit
 - Stressintoleranz
 - Psychosen
 - Lethargie
 - Antriebslosigkeit
 - Aggressivität
 - Hyperaktivität
 - Konzentrationsstörungen
 - Lernschwächen
 - Legasthenie
 - geistige Retardierung
 - Halluzinationen
 - Chron. Erschöpfung
 - Alkoholunverträglichkeit
 - vermehrtes Schwitzen
 - Hypercholesterinämie
 - Furunkulose
- sonstige Zusammenhänge:*
- Stress verschlimmert Symptome
 - Verschlechterung der Handschrift bei Stress
 - außergewöhnliche Sonderbegabungen:
-
- Altklugheit
- besonders kreativ und originell
 - besonderes Intuitionsvermögen
 - besonderer Bedarf an Freiräumen, Rückzugsmöglichkeiten
 - merkt sich Fakten in sinnvollen Zusammenhängen
 - stark ausgeprägter Gerechtigkeitsinn
 - kritisch, hinterfragt vorgefasste Meinungen
 - perfektionistisch
 - hypermobile Gelenke
 - Beckeninstabilität
 - Schwindel
 - niedriger Blutdruck
 - Ohrensausen
 - starke Sonnenempfindlichkeit
 - häufige Harnwegsinfekte, Blasenentzündungen
 - Gewichtsprobleme: Übergewicht/Untergewicht
 - paradoxe Reaktion auf Medikamente (z.B. Beruhigungsmittel); wenn ja, welche Medikamente?
-
- unruhige Beine (restless legs)
 - sonstiges:
-

Seit wann treten die Beschwerden gehäuft auf: _____

Bestimmte Auslöser (Trauma, Stress): _____

Sonstige Erkrankungen:

- Schwermetallbelastung
- Hashimoto Thyreoiditis
- Schilddrüsendysfunktion
- Leaky Gut
- Candidabesiedelung
- Borreliose
- Nebennierenschwäche
- Diabetes Typ 2
- EBV
- Hypoglykämie
- Übersäuerung
- Laktoseintoleranz
- Fruktoseintoleranz
- Histaminintoleranz
- Zöliakie
- Weizensensitivität

Sonstige Laborwerte:

Sonstige klinische Diagnosen:

Medikamente:

HPU-Test: Datum: _____ Ergebnis: _____

Verordnung: KPU-Formula: _____ 5HTP: _____ Zn: _____ Mn: _____ Mg: _____ OM3: _____