Checkliste „Mein erster Frauenarztbesuch"

Das solltest du mitbringen: ☑ Krankenkassenkarte ☐ Impfpass ☐ Zykluskalender ☐ Zettel mit deinen Fragen

Mögliche Fragen deiner Frauenärztin/deines Frauenarztes beim ersten Besuch:

Zu deiner Gesundheit:

Hast oder hattest du Erkrankungen (z. B. Allergien, Thrombosen)?

_____

Nimmst du regelmäßig Medikamente? ☐ Ja ☐ Nein

Wenn ja, welche? _____

Gibt/gab es Erkrankungen in deiner Familie (Eltern/Großeltern)?

☐ Endometriose ☐ Brustkrebs ☐ Thrombosen ☐ Andere ☐ Keine bekannt

Wenn andere Erkrankungen, welche? _____

Zu deiner Periode:

Wann hattest du das erste Mal deine Periode? ___.___._____

Wann war der erste Tag deiner letzten Blutung? ___.___._____

Ist dein Zyklus regelmäßig? ☐ Regelmäßig ☐ Unregelmäßig mit Verschiebung um bis zu ____ Tagen/Wochen

Wie lange dauert deine Blutung üblicherweise? _____ Tage

Wie stark ist deine Blutung normalerweise? ☐ Schwach ☐ Mittel ☐ Stark

Hast du Schmerzen oder Beschwerden (z. B. Unterleibskrämpfe oder Brustspannen) vor oder während deiner Periode? ☐ Ja ☐ Nein

Wenn ja, welche? _____

Hast du bestimmte Hilfsmittel, die dir bei Periodenschmerzen helfen (z. B. Wärmflasche, Schmerzmittel)?

_____

Beeinträchtigt dich deine Periode im Alltag? ☐ Ja ☐ Nein

Wenn ja, wie? _____

Themen, die du selbst ansprechen kannst:

- Periodenprodukte
- Verhütung
- HPV-Impfung
- Körperliche Veränderungen, die du beobachtet hast
- Alles, was dich beschäftigt. Traue dich, deine Themen einzubringen!