

Name und Vorname:

Alter:

Errechneter Geburtstermin:

Weitere Kinder, Geburtsjahr:

Wie wurdest du auf den Kurs aufmerksam?

- Geburtshaus
- Arzt /-in
- mündliche Empfehlung
- Internet
- andere:.....

Wie schätzt du deinen allgemeinen Gesundheitszustand ein



**Leidest du unter:**

- Allergien, Asthma
- Herzerkrankungen
- Bluthochdruck
- Krampfadern (Region?).....
- Kreislaufbeschwerden
- Diabetes
- Becken- / Symphysenschmerzen (Region?).....
- Rückenbeschwerden (Region?).....
- Verstopfung
- Hämorrhoiden
- Inkontinenz
- Karpaltunnelsyndrom
- Sodbrennen
- Übelkeit
- Wassereinlagerungen
- andere .....

Ausgeübte Sportarten vor der Schwangerschaft? Häufigkeit?

Treibst du nun regelmässig Sport? Falls ja, welche Sportarten und wie oft?

Hast du dich bereits mit dem Thema Beckenboden auseinandergesetzt (Literatur, Therapie, .....)?

Kannst du deinen Beckenboden bewusst anspannen und loslassen?

Bist du bei einer/einem Gynäkologen/-in in Behandlung?  
Falls ja, ist dein Arzt/-in einverstanden, dass du diesen Kurs besuchst und wie ist sein/ihr Name?

Musstest du dich gynäkologischen Operationen unterziehen?

Eventuelle Empfehlungen vom Arzt:

Bemerkungen oder was ich sonst noch wissen sollte:

Erwartungen:

Herzlichen Dank für das Ausfüllen dieses Fragebogens. Bitte vor Kursbeginn an mich zurückmailen. **Die Angaben werden selbstverständlich vertraulich behandelt.**