

# Das erste Mal ... beim Frauenarzt

Mit diesem Fragebogen inklusive Checkliste kannst du dich auf den Besuch und die Untersuchung bei deinem Frauenarzt oder deiner Frauenärztin vorbereiten.

Folgende Daten solltest du parat haben, denn die wird dein Arzt bestimmt abfragen:

Gewicht:  kg Körpergröße:  cm

**Fragen zu deiner Periode:**

Wann hattest du zum ersten Mal deine Periode?

Monat

Jahr

Wann hattest du deine letzte Periode (Beginn der Blutung)?

Tag

Monat

Jahr

**Tipp:** Vergiss deinen Zykluskalender nicht, wenn du einen führst!

**Wie regelmäßig ist dein Monatszyklus?**

Regelmäßig

Eher unregelmäßig mit Verschiebungen um bis zu \_\_\_\_\_ Tage/Wochen

**Wie stark ist deine Blutung?**

stark

mittel

schwach

regelmäßig

unregelmäßig

**Hast du Schmerzen oder andere Beschwerden bei deiner Periode? Wenn ja, welche?**

---



---

**Hattest du schon Sex?**

ja

nein

**Fragen zu deiner Gesundheit:**

**Hast oder hattest du besonderen Krankheiten (Allergien, Thrombosen, o. Ä.)? Wenn ja, welche?**

---



---

**Musst du Medikamente einnehmen? Wenn ja, welche?**

---



---

**Hatten oder haben Familienangehörige/Verwandte von dir besondere Krankheiten (Krebs, Thrombose, o.Ä.). Wenn ja, welche?**

---



---

**Bist du Raucherin? Wenn ja, wie viel rauchst du pro Tag/Woche?** \_\_\_\_\_

**Hattest du schon mal eine Operation? Wenn, ja wie lange ist diese her und warum wurdest du operiert?**

---

**Fragen, wenn du die Pille möchtest:**

Leidest du an Pickeln oder unreiner Haut?

Nein

Nur leicht

Ja, stark

Hast du während der Menstruation Schmerzen im Unterleib?

Nein

Nur leicht

Ja, stark

Empfindest du unmittelbar vor deiner Periode ein starkes Spannen in der Brust?

Nein

Nur leicht

Ja, stark

Hast du häufiger Stimmungsschwankungen vor der Periode (Bist du z.B. oft gereizt oder traurig)?

Nein

Manchmal

Ja

Wie ausgeprägt ist deine Körperbehaarung?

Wenig

Mittel

Stark

**Was möchtest du von deinem Frauenarzt gerne wissen?**

Denke vorher schon darüber nach und notiere dir deine Fragen.

