

## Selbst-Check: Können Muskeln und Faszien der Grund für das Globussyndrom sein?

	Ja	Nein
Mein Nacken/meine Schultern sind verspannt und schmerzen häufig?		
Ich leide öfter unter Kopfschmerzen?		
Ich kenne Zustände von Schwindel und Benommenheit ohne, dass man sie medizinisch erklären könnte?		
Wenn ich den Kopf drehe, knirscht/schmerzt es und ich komme nicht allzu weit?		
Ich kann meine Kiefer nicht so weit öffnen, dass drei Fingerknöchel dazwischen passen?		
Ich bin am Hals/Nacken sehr empfindlich und vertrage weder Kälte noch enge Rollkragenpullover?		
Ich räuspere mich häufig?		
Ich habe manchmal oder öfter Schmerzen am Hals oder im Kehlkopf, ohne dass ich erkältet bin?		
Ich hustele, ohne dass ich erkältet bin?		
Mein Hals ist verschleimt, ohne dass ich einen Infekt habe?		
Meine Atmung ist eingeschränkt und schon kleine Treppen strengen mich an?		
Ich habe eine Neigung zu Angstgefühlen und habe schon Zustände von akuter Angst und Panik erlebt mit Herzrasen, Atemnot etc.?		
Längeres Sprechen strengt mich an oder kann Beschwerden auslösen?		
Ich habe den Eindruck, dass meine Stimme kraftloser oder farbloser geworden ist?		
Ich habe mitunter Probleme beim Schlucken oder verschlucke mich häufig?		
Ich habe eine Beißschiene oder beiße nachts die Zähne zusammen?		
Ich habe ständig oder manchmal Ohrgeräusche (Pfeifen oder Rauschen)?		
Ich habe öfter Kopfschmerzen im Bereich der Schläfen oder Druckgefühle am Kopf?		
Wenn ich im Stress bin, verstärken meine Beschwerden sich?		

Je mehr Fragen Sie mit „Ja“ beantwortet haben, umso wahrscheinlicher sind muskuläre Verspannungen der Grund für Ihre Beschwerden.