

## Oral Behaviors Checklist (OBC) - Fragebogen zu oralen Angewohnheiten

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Untersucher: \_\_\_\_\_

Dieser Fragebogen ist ein wichtiges Hilfsmittel, um Ihnen die bestmögliche Behandlung zukommen zu lassen. Ihre Antworten können Ihrem/-r Arzt/Ärztin und Therapeuten/-in helfen, Ihre Beschwerden besser zu verstehen. Bitte beantworten Sie jede Frage, so gut Sie können. Überspringen Sie Fragen nur, wenn Sie dazu aufgefordert werden. Kreisen Sie bitte die für Sie passende Antwort ein.

Aktivitäten während des Schlafs	Nie	< 1 Nacht/ Monat	1 - 3 Nächte/ Monat	1 - 3 Nächte/ Woche	4 - 7 Nächte/ Woche
1 Pressen oder Knirschen mit den Zähnen während des Schlafs, basierend auf den verfügbaren Informationen	0	1	2	3	4
2 Schlafen in einer Position, die Druck auf den Kiefer ausübt (z.B. auf dem Bauch oder der Seite)	0	1	2	3	4

Aktivitäten während der Wachzeit	Nie	Selten	Manch- mal	Häufig	Immer
3 Zähneknirschen während der Wachzeit	0	1	2	3	4
4 Zähnepressen während der Wachzeit	0	1	2	3	4
5 Pressen, Berühren oder Zusammenhalten der Zähne außer beim Essen (gemeint ist der Kontakt zwischen den oberen und unteren Zähnen)	0	1	2	3	4
6 Anspannen oder Verspannen der Muskulatur ohne Pressen oder Aufeinanderlegen der Zähne	0	1	2	3	4
7 Halten oder Schieben des Kiefers nach vorne oder zur Seite	0	1	2	3	4
8 Kraftvolles Pressen der Zunge gegen die Zähne	0	1	2	3	4
9 Legen der Zunge zwischen die Zähne	0	1	2	3	4
10 Beißen und Kauen auf oder Spielen mit der Zunge, Wange oder Lippe	0	1	2	3	4

Aktivitäten während der Wachzeit	Nie	Selten	Manchmal	Häufig	Immer
11 Halten des Kiefers in starrer oder angespannter Position, um den Kiefer zu schieben oder zu schützen	0	1	2	3	4
12 Objekte zwischen den Zähnen halten oder darauf beißen, z.B. Haare, Pfeife, Bleistift, Kugelschreiber, Finger, -nägel	0	1	2	3	4
13 Kaugummikauen	0	1	2	3	4
14 Spielen von Musikinstrumenten, bei denen der Mund oder Kiefer beansprucht wird (z.B. Holz-, Blechblas- und Streichinstrumente)	0	1	2	3	4
15 Aufstützen des Kiefers auf die Hand, z.B. zum Umfassen oder Ausruhen des Kinns in der Hand	0	1	2	3	4
16 Einseitiges Kauen von Nahrung	0	1	2	3	4
17 Essen zwischen den Mahlzeiten (gemeint ist Nahrung, die gekaut werden muss)	0	1	2	3	4
18 Anhaltendes Sprechen (z.B. Lehrtätigkeit, Verkauf, Kundenservice)	0	1	2	3	4
19 Singen	0	1	2	3	4
20 Gähnen	0	1	2	3	4
21 Halten des Telefons zwischen Kopf und Schultern	0	1	2	3	4
<b>Punktzahl</b>					



## Auswertung:

### Hinweis auf Parafunktion:

Summenbildung über Antwortpunkte der Fragen (OBC):

0	1-24	25-84
Gering	Keine	Ausgeprägt

## Quelle:

Gemäß validierter deutscher Übersetzung: Asendorf A, Eberhard L, Universitätsklinikum Heidelberg & Schierz O, Universitätsmedizin Leipzig. Version 12/2018.

