



FEJFÁJÁSNAPLÓ

A fejfájás gyakorisága és erőssége mindenkinél eltérő. Migrén esetén kiemelten fontos, hogy a szakorvos felismerje a Rád jellemző fejfájás mintázatokat. Kérjük, legalább három hónapon át vedd ezt a naplót, és a következő látogatásodkor mindenképpen mutasd meg kezelőorvosodnak. Ez gyorsíthatja a pontos diagnózis felállítását és annak megállapítását, hogy Neked milyen terápia segít a leghatékonyabban.

<input type="text"/> HÓNAP	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Pontozd 1-től 3-ig a fájdalom erősségét a mai napon																																
Jelezd a fájdalom típusát betűvel* (lásd a lenti magyarázatot)																																
Jelentkezett hányinger vagy hányás? (Használj + jelet, ha igen)																																
Észleltél fényérzékenységet? (Használj + jelet, ha igen)																																
Észleltél hangérzékenységet? (Használj + jelet, ha igen)																																
Mozgásra romlott a fájdalom? (Használj + jelet, ha igen)																																
Összesen hány órán át volt fejfájásod?																																
Milyen gyógyszert szedtél ma?*** (lásd a lenti magyarázatot)																																
További gyógyszerek																																
További gyógyszerek																																
Mekkora adagot vettél be a gyógyszerből?***																																

Magyarázat

* A fájdalom típusát jelöld meg egy betűvel: N=nyomó, G=görcsös, L=lüktető, H=hasító, F=feszítő, E=egyéb

** Elég, ha a gyógyszer nevét rövidítve írod be az adott napra. Pl. Fl=Flektor, Ci=Cinie stb.

*** A napi adagot jelölheted a hátlapon részletesebben is vagy a táblázatban számmal és betűvel rövidítve. Pl. 1 t=1 tasak, 15 mg stb.

Összeállította: Dr. Ertsey Csaba neurológus