

Anfallets start:

Klokkeslett nærmeste time 0-24:

Alvorlighetsgrad:

1 ... Lett hodepine (greit å fungere)

2 ... Moderat hodepine
(fungerer, men det er vanskelig)

3 ... Kraftig hodepine
(klarer ikke å fungere)

(**K** Påføres etter tallet ved kvalme/oppkast)

Anfallsbehandling:

A: **C:**

B: **D:**

Effekt av behandlingen:

I = Ingen **V** = Veldig bra

M = Middels **T** = Tilbakefall

Varighet:

Antall timer anfaller påvirker deg

Menstruasjon:

Blødningsdager markeres med ring rundt dato.

Forebyggende medisiner:

.....

GSK09/2004

Hvorfor bruke Hodepine**Kalender**?

- * Kartlegge hodepinemønsteret
- * Stille diagnose
- * Oppdage endringer i mønsteret
- * Bedre behandlingen
- * Registrere bruk av medikamenter

Målsettingen er å bedre den enkeltes mulighet til selv å takle hodepineproblemet.

Ta med anfallskalender ved besøk hos legen.

Hodepine**Kalender**

Navn: _____

Lege: _____

Tlf.: _____

Periode: _____

Hodepinekalenderen er et viktig hjelpemiddel for legen. Ta den derfor med til hvert legebesøk

Utarbeidet av
HCPC Norge

