Mein Kopfschmerzkalender

A	1onat/	lohr	
IV	TOHat/	Jaili	

Keine Schmerzen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	90 Stärkste Schmerzen
Keine		Geringe		Mi	ttelstar	ke	Starke			-
0.0		TT		TT		TT		400		1
Keine Schmerzen		Schmerzt ein wenig	ei	Schmerzt nwenig mehr		Schmerzt nach mehr		Schmerzt sehr stark		Schmerzt extrem

Schmerzmeter - Stärke der Schmerzen Copyright: Jörg Krey, Inst. f. Notfallmedizin HH

	Wann? Wie stark? Wie lang?			Schmerzform und auf welcher Seite?					Begleiterscheinungen							Anzahl der eingenommenen			Wie war die Wirkung?			
				pulsierend/ pochend	dumpf/ druckend	p	0	beidseitig	±	Erbrechen	Lichtempfindlich	Lärmempfindlich	Sehstörungen				Labletten Tabletten			ein wenig	gar keine	
Welche Medikamente				sie ;	cke	stechend	einseitig	dse	Übelkeit	ē	i e	ue l	ıst	Vermutlicher	新华安徽	Tropfen	e e	Zäpfchen		§ €	9	
haben Sie gegen den	Tag	Starke	Dauer	2 8	등등	šě	<u>C</u>	ě	Š	유	20	To the	Se	Schmerzauslöser	Medikamente	8	ge	Zap	ant	<u>C</u>	ga	
Schmerz eingenommen?						-	-							Commonicadoricoon		I			-	-		
1	1																		-			
2	2					-		-	-													
3	3				-	-		-	_		-											
	4				-	-																
Wie lange dauerten die	5																					
Schmerzen an?	6							-							2							
< = weniger als 6h	7					-																
~ = 7-12h	8					_					-			Carrier S								
> = mehr als 12h	9																					
morn all ten	10																					
Auslöser	11																					
1. Stress/Aufregung.	12																					
2. Erholung	13																					
3. Schlaf-/Wachrhythmus gestört	14																					
4. Menstruation	15			-																		
5. Anderer Auslöser	16																					
	17																					
	18																					
6. Anderer Auslöser	19																					
	20																					
	21																					
Kopfschmerzauslösende	22																					
Nahrungsmittel/Getränke	23																					
A. Alkohol	24																					
B. Kaffee, Cola	25																					
C. Schokolade	26																					
D. Käse	27																					
E. Anderer Auslöser	28																					
	29																					
F. Anderer Auslöser	30																					
	31			1			I	-			T	I	T									