

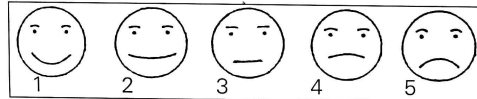
Kopfschmerz Kalender

Zu richtiger Erfassung der Beschwerden ist es wichtig, dass über einen längeren Zeitraum (möglichst 8 Wochen) täglich Eintragungen vorgenommen werden.

Dabei sollen alle zutreffenden Fragen detailliert beantwortet werden. Je mehr Eintragungen vorliegen, um so genauer und schneller können wir eine Diagnose stellen und daraus die weiteren diagnostischen und therapeutischen Schritte ableiten.

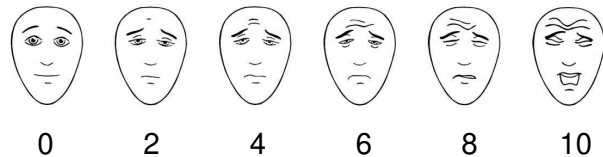
Hier die Fragen und einige Erklärungen dazu:

1. Gib deinem Tag eine Note von 1-5

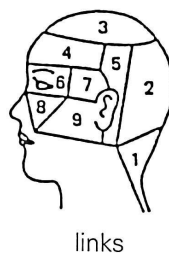


2. Hast du heute in der Schule gefehlt?
Ja für den gesamten Tag, ansonsten bitte die Stunden eintragen, z.B. 4.-5. Stunde
3. Was gab es Tolles oder Schönes
z.B. Treffen mit Freunden, Besuch bei der Oma, gute Schulnote
4. Hast du heute etwas unangenehmes oder ärgerliches erlebt?
z.B. Streit mit dem kleinen Bruder, viel Lernen für einen Test, Fernsehverbot
5. Hattest du heute Kopfschmerzen?
Ja oder Nein, andere Beschwerden (z.B. Halsschmerzen) bitte auch notieren

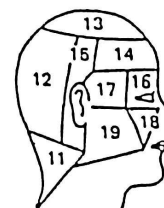
6. Wie stark waren die Schmerzen?
Nutze die Skala von 0 bis 10



7. Wann hattest du Kopfschmerzen?
Bitte die Uhrzeit notieren, bei verschiedenen Schmerzstärken jeweils ein Eintrag
8. Wo tat es weh und wie waren die Schmerzen?
Du kannst die Stelle beschreiben: vorne/seitlich, links/rechts oder du trägst die Zahlen aus dem Schema ein:



links



rechts

Den Charakter beschreibst du mit Worten wie: drückend, stechend, pochend, ziehend

9. Begleitsymptome
z.B. Erbrechen, Übelkeit, Geräuschempfindlich, Lichtscheu, Sehstörung, Kribbeln
10. Medikamenteneinnahme
1. Medikament: _____ Dosierung _____ mg/Tropfen, mit Uhrzeit
2. Medikament: _____ Dosierung _____ mg/Tropfen, mit Uhrzeit
11. freie Spalte für persönliche Ergänzungen
z.B: Schlafverhalten, Nahrungsmittel oder _____

Woche ____ vom _____ bis _____	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Note							
Schulfehlzeiten							
Tolles oder Schönes							
Unangenehmes oder Ärgerliches							
Kopfschmerzen							
Stärke							
Dauer							
Lokalisation und Charakter							
Begleitsymptome							
Medikamente							
Sonstiges							

Woche ____ vom _____ bis _____	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Note							
Schulfehlzeiten							
Tolles oder Schönes							
Unangenehmes oder Ärgerliches							
Kopfschmerzen							
Stärke							
Dauer							
Lokalisation und Charakter							
Begleitsymptome							
Medikamente							
Sonstiges							