elkerliek ZIEKENHUIS mens tot mens.

Informatie

De hoofdpijnkalender

Inleiding

Om goed inzicht te krijgen in uw hoofdpijnklachten (hoe vaak, de ernst), het gebruik van medicatie en eventuele bijkomende verschijnselen, is het raadzaam een hoofdpijnkalender bij te houden. Het beste is om dit tenminste drie maanden te doen.

De hoofdpijnkalender

Op de volgende bladzijden vindt u de hoofdpijnkalender. We hebben punten die van belang kunnen zijn voor u op een rij gezet, zodat u eenvoudig kunt aankruisen en invullen. De nummers 1 tot en met 31 betreffen de dagen van één maand.

Ernst van de hoofdpijn

Als u een hoofdpijnaanval hebt (gehad), plaatst u een cijfer in het vakje dat bij de betreffende dag en bij de ernst van de hoofdpijn hoort. De ernst van de hoofdpijn kunt u aangeven met een cijfer:
1= hoofdpijn waarbij u nog in staat bent om te werken;
2= hoofdpijn waarbij u niet kunt werken;
3= hoofdpijn waarbij rusten op bed noodzakelijk is.

Klachten

Het optreden van overgeven braken en/of misselijkheid. Dit kunt u doen met een +, ± en een -. Deze staan voor:
+ = aanwezig ± = niet geheel aanwezig – = afwezig

Medicijnen
Het gebruik van medicijnen geeft u aan door de naam van het medicijn, de vorm (bijvoorbeeld (smelt)tablet, neusspray, injectie of zetpil) en de sterkte op de stippellijn te noteren; de hoeveelheid die u de betreffende dag hebt gebruikt noteert u in het vakje dat bij de betreffende dag hoort. Het is de bedoeling dat u alle ingenomen medicijnen noteert, ook die zonder recept gekocht zijn.

Menstruatie
Kruis de vakjes aan bij de betreffende dagen.

- **Aantekeningen**
  Achter in deze folder kunt u bijzonderheden kwijt; bijvoorbeeld 5 juni op vakantie gegaan; 20 juni medicatie niet bij me; 23 juni verjaardag gehad, enzovoorts.

Hoofdpijnkalender

Naam : .....

Dag		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Ernst van de hoofdpijn	3														
	2														
	1														

Braken													
Misselijkheid													

Medicijnen (naam + sterkte)	**Hoeveelheid**												

Menstruatie													

Maand : .....

15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Hoofdpijnkalender

Naam : .....

Dag		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Ernst van de hoofdpijn	3														
	2														
	1														

Braken													
Misselijkheid													

Medicijnen (naam + sterkte)	Hoeveelheid												

Menstruatie													

Maand : .....

15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Hoofdpijnkalender

Naam : .....

Dag		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Ernst van de hoofdpijn	3														
	2														
	1														

Braken													
Misselijkheid													

Medicijnen (naam + sterkte)	**Hoeveelheid**												
Menstruatie													

Maand : .....

15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Vragen

Wanneer u vragen heeft over het invullen van de hoofdpijnkalender, kunt u contact opnemen met de polikliniek van de neurologen.

Telefoonnummers en adressen

Polikliniek Neurologen
Locatie Deurne
T: 0493 – 32 89 14
Locatie Helmond
T: 0492 – 59 59 54

Locatie Helmond
Wesselmanlaan 25
5707 HA Helmond
T: 0492 – 59 55 55

Locatie Deurne
Dunantweg 16
5751 CB Deurne
T: 0493 – 32 88 88

Locatie Gemert
Julianastraat 2
5421 DB Gemert
T: 0492 – 59 55 55

43055 11-2015