

Kopfschmerztagebuch

für den Monat 20 Name:

Präventionstherapie seit (Datum):

Tag	Stärke der Schmerzen					Dauer der Schmerzen	Schmerzart					Schmerzort			Aura					Begleiterscheinungen					Potenzielle Auslöser					Medikamenten-einnahme/Notizen	Wirksamkeit der Akuttherapie					
	keine	leicht	mittel	stark	sehr stark		weniger als 4 Stunden	4 bis 12 Stunden	länger als 12 Stunden	pulsierend-pochend	dampf-drückend	brennend	stechend	beidseitig	einseitig	hinten dem Auge	nein	Skotom	schillernde Muster	Koordinationsstörungen	Übelkeit	Erbrechen	Licht- und Lärmempfindlichkeit	Verdauungsstörungen	Stress	wenig Schlaf	Bewegungsmangel	keine	gering		mittel	gut				
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																																				