FRAUENGeflüster

Kopfschmerztagebuch

Monat

____

Ja = J / Nein = N

Auslöser:

1: ____________

2: ____________

3: ____________

4: ____________

5: ____________

Stärke:

Skala 1-10 (max=10)

Symptome:

A: Aura

E: Erbrechen

Ü: Übelkeit

X: ____________

Z: ____________

Medikamente:

●: ____________

▬: ____________

↯: ____________

www.frauengefluester.net

Zeitpunkt & Dauer				Schmerzcharakter						Medikamente		
Tag	Zyklustag	Auslöser	Dauer (h)	Stärke	pusierend/ stechend	dumpf/ drückend	einseitig	beidseitig	Symptome	Präperat	Dosierung	geholfen?