

Neurologie



Patiënteninformatie

Hoofdpijndagboek



Slingeland Ziekenhuis

Algemeen

Uw neuroloog of huisarts heeft met u besproken dat u een hoofdpijn-dagboek gaat bijhouden. Het doel van het dagboek is om beter inzicht te krijgen in uw klachten. Hieronder vindt u uitleg hoe u dit dagboek dient in te vullen en het dagboek zelf.

Hoe vult u het dagboek in

Op de volgende pagina vindt u het hoofdpijndagboek. In de linker-kantlijn staan de dagen van de maand aangegeven. U vult vervolgens van links naar rechts het volgende in:

- *Ernst van de hoofdpijn*
Als eerste kruist u aan of u deze dag hoofdpijn heeft en zo ja, hoe u de ernst van de hoofdpijn ervaart (0=geen, 1=licht, 2=matig, 3=ernstig).
- *Duur van de hoofdpijn*
Hier vult u het tijdstip in wanneer de hoofdpijn begint en wanneer deze weer over is.
- *Overige klachten*
Vervolgens geeft u aan of er die dag sprake is van misselijkheid (a), braken (b) of van overgevoeligheid voor licht en geluid (c).
- *Medicijnen*
Het is belangrijk dat u de naam van het medicijn, de sterkte en de dosis (hoeveel u gebruikt) noteert. De medicijnen die u gebruikt hoeven niet iedere dag hetzelfde te zijn, daarom vult u deze gegevens altijd bij de betreffende dag in. Noteer alle gebruikte medicijnen, dus ook de medicijnen die u zonder doktersrecept heeft verkregen.
- *Bijzonderheden*
Bij 'bijzonderheden' kunt u invullen of er sprake is van menstruatie, andere lichamelijke klachten of bijzondere omstandigheden die van invloed kunnen zijn op uw hoofdpijnklachten.

Een voorbeeld:


| Dag | Ernst van de hoofdpijn | | | | Duur van de hoofdpijn | | Is er sprake van | | | Gebruikte medicijnen | Bijzonderheden |
|-----|------------------------|---|---|---|-----------------------|-------|------------------|---|---|----------------------|-------------------------|
| | 0 | 1 | 2 | 3 | van | tot | a | b | c | | |
| 1 | | | x | | 11.00 | 22.00 | x | | x | paracetamol 500 mg,2 | stijve nek, menstruatie |
| 2 | x | | | | | | | | | geen | geen, menstruatie |

Dagelijks bijhouden

Het is belangrijk dat u het dagboek iedere dag invult. Leg het hoofdpijndagboek op een goed zichtbare plek en spreek met u zelf een vast tijdstip af waarop u het dagboek invult. Noteer in uw agenda of op de kalender dat u het dagboek moet invullen, of vraag uw partner of andere familieleden om u eraan te herinneren.

Vragen

Heeft u vragen over het invullen van het dagboek, neem dan contact op met het secretariaat van de polikliniek Neurologie. Wij zijn op werkdagen van 08.30 tot 17.00 uur bereikbaar op telefoonnummer (0314) 32 95 76.



Slingeland Ziekenhuis
Kruisbergseweg 25

Postadres:
Postbus 169
7000 AD Doetinchem

Telefoon: (0314) 32 99 11
Internet: www.slingeland.nl