

Kopfschmerzkalender

Name:

für den Monat:

Tag	Uhrzeit und Stärke						Schmerz-		Medikamente (mit Uhrzeit)	Tätigkeit vor Schmerzbeginn	Begleitende Beschwerden
	6 - 10	10 - 14	14 - 18	18 - 22	22 - 2	2 - 6	Ort	Art			
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											
	6 - 10	10 - 14	14 - 18	18 - 22	22 - 2	2 - 6					

Stärke: 1 = leicht, 2 = mäßig, 3 = stark, 4 = sehr stark, 5 = unerträglich

Schmerzort: 1 = Stirn, 2 = Schläfe, 3 = Scheitel, 4 = Nacken, 5 = Hinterkopf,
6 = Kieferwinkel, 7 = Augen, 8 = Ohren, re = rechts, li = links

Schmerzart: 1 = dumpf, 2 = stechend, 3 = pulsierend, 4 = hämmernd, 5 = bohrend, 6 = elektrisierend, 7 = ziehend

