KOPFSCHMERZKALENDER FÜR: NAME\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ VORNAME\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ MONAT\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Jahr: 20\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | Uhrzeit (h) und Stärke (0-100) | | | | | | Schmerzart | Schmerzort | Akutmedikamente mit Uhrzeit | P | Auslöser  Besonderheiten | Begleitfaktoren | M |
|  | 0-4 | 4-8 | 8-12 | 12-16 | 16-20 | 20-24 |  |  |  |  |  |  |  |
| 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. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Stärke: Schmerzstärke von 1 (minimal) bis 100 (maximal vorstellbarer Schmerz)

Schmerzart:1=dumpf, 2=drückend, 3=ziehend, 4=stechend, 5=pulsierend, 6=hämmernd, 7=bohrend, 8=elektrisierend, 9=krampfartig, 10= andere

Schmerzort mit Seite: 1= Stirn, 2= Schläfe, 3=Scheitel, 4=Nacken, 5= Hinterkopf, 6= Kieferwinkel, 7=Augen, 8=Ohren, R= Rechts, L= Links, B= Beidseits

P=Prophylaxe: 1= Amitriptylin, 2=Propranolol, 3= Metoprolol, 4= Bisoprolol, 5= Topiramat, 6=Flunarizin, 7=Botox, 8=Valproat, 9=Candesartan, 10= weitere

Auslöser:1=Stress, 2= Erholung nach Stress, 3=Schlafmangel, 4=veränderter Schlaf-/Wachrhythmus, 5=zu langer Schlaf, 6=Wetterwechsel, 7=Alkohol, 8=Nahrungsmittel, 9= andere (bitte beschreiben!)

M= Menstruation (bitte ankreuzen)

**Kopfschmerzambulanz der Abteilung Neurologie mit Schwerpunkt Epileptologie. Hoppe-Seyler-Str. 3, 72076 Tübingen**