مراجعة الصداع النصفي الشهرية: ملخص في صفحة واحدة

ورقة فارغة · للتعبئة باليد · A4 وتناسب US Letter أيضا · dim.arvetechapps.com · ورقة لتنظيم الملاحظات وليست اختبارا تشخيصيا

الشهر	الأيام المسجلة	أيام الصداع	أيام استخدام أي دواء للنوبة	أيام التريبتانات أو المسكنات المركبة أو الأفيونيات أو الإرغوتامين	أيام المسكنات البسيطة أو مضادات الالتهاب غير الستيرويدية	المقارنة بالمرجع	التغير الرئيسي / سؤال

سطر لكل شهر. انقل عدد الأيام من يومياتك؛ يقارنها عمود المقارنة بمراجع ICHD-3.

عد التأثير على نمط MIDAS – آخر 3 أشهر

بنود معاد صياغتها على نمط استبيان MIDAS (Stewart وآخرون، Neurology 2001). أدخل عدد الأيام؛ هذا ليس النموذج الرسمي.

1. أيام تغيبت فيها عن العمل أو الدراسة بسبب الصداع	
2. أيام انخفض فيها إنتاجك في العمل أو الدراسة إلى النصف أو أقل (دون أيام السؤال 1)	
3. أيام لم تقم فيها بالأعمال المنزلية بسبب الصداع	
4. أيام انخفض فيها إنتاجك في الأعمال المنزلية إلى النصف أو أقل (دون أيام السؤال 3)	
5. أيام فاتتك فيها أنشطة عائلية أو اجتماعية أو ترفيهية بسبب الصداع	
المجموع (الأسئلة 1–5)	
الدرجة	
A. أيام الصداع (لا تحتسب)	
B. متوسط شدة هذا الصداع 0–10 (لا يحتسب)	

0–5: I · تأثير قليل أو معدوم
6–10: II · تأثير خفيف
11–20: III · تأثير متوسط
21+: IV · تأثير شديد

مراجع 1.3) ICHD-3 الشقيقة المزمنة؛ 8.2 الصداع الناتج عن الإفراط في استخدام الأدوية) تخص الاستخدام المنتظم لأكثر من 3 أشهر. العد الشهري مدخل للنقاش مع الطبيب وليس تشخيصا. عدة جرعات في التاريخ نفسه تحسب يوما واحدا.