Månedlig migrænegennemgang: et overblik på én side

Tomt ark · udfyldes i hånden · A4, passer også til US Letter · dim.arvetechapps.com · arbejdsark til notater, ikke en diagnostisk test

Måned	Dage med notater	Hovedpinedage	Dage med anfaldsmedicin	Dage med triptaner, kombinationsanalgetika, opioider eller ergotamin	Dage med simple smertestillende eller NSAID	Sammenligning med reference	Vigtigste ændring / spørgsmål

Én række pr. måned. Overfør dagene fra dagbogen; sammenligningskolonnen holder dem op mod ICHD-3-referencerne.

MIDAS-lignende påvirkning – seneste 3 måneder

Omformulerede spørgsmål efter MIDAS-skemaet (Stewart m.fl., Neurology 2001). Angiv antal dage; dette er ikke det officielle skema.

1. Dage du var væk fra arbejde eller skole på grund af hovedpine	
2. Dage hvor din indsats på arbejde eller i skole var halveret eller mere (ud over spørgsmål 1)	
3. Dage uden husarbejde på grund af hovedpine	
4. Dage hvor din indsats i husarbejdet var halveret eller mere (ud over spørgsmål 3)	
5. Dage du gik glip af familie-, sociale eller fritidsaktiviteter på grund af hovedpine	
Sum (spørgsmål 1–5)	
Grad	
A. Dage med hovedpine (tæller ikke)	
B. Gennemsnitlig smerte ved hovedpinen, 0–10 (tæller ikke)	

0–5: I · ingen eller lidt påvirkning
6–10: II · let påvirkning
11–20: III · moderat påvirkning
21+: IV · svær påvirkning

ICHD-3-referencerne (1.3 kronisk migræne; 8.2 medicinoverforbrugshovedpine) gælder regelmæssig brug i mere end 3 måneder. En månedsoptælling er et udgangspunkt for en samtale, ikke en diagnose. Flere doser på samme dato tæller som én dag.