Migränetagebuch auf Reisen: Zeitzonen festhalten

Leeres Blatt · von Hand ausfüllen · A4, passt auch auf US Letter · dim.arvetechapps.com · Arbeitsblatt zur Dokumentation, kein Diagnosetest

Ortsdatum / Zeit / Zeitzone	Reise / Routineänderung	Kopfschmerz? (ja/nein)	Stärkster Schmerz (0–10)	Symptome / Zeitpunkt	Akutmedikament? (ja/nein)	Einnahmen / Fragen