Månedlig migreneoversikt: et sammendrag på én side

Tomt ark · fylles ut for hånd · A4, passer også US Letter · dim.arvetechapps.com · arbeidsark for notater, ikke en diagnostisk test

Måned	Dager med notater	Hodepinedager	Dager med en anfallsmedisin	Dager med triptaner, kombinasjonsanalgetika, opioider eller ergotamin	Dager med enkle smertestillende eller NSAID	Sammenligning med referanse	Viktigste endring / spørsmål

Én rad per måned. Overfør dagene fra dagboken; sammenligningskolonnen holder dem opp mot ICHD-3-referansene.

MIDAS-lignende påvirkning – siste 3 måneder

Omformulerte spørsmål etter MIDAS-skjemaet (Stewart mfl., Neurology 2001). Oppgi antall dager; dette er ikke det offisielle skjemaet.

1. Dager du var borte fra jobb eller skole på grunn av hodepine	
2. Dager da innsatsen på jobb eller skole var halvert eller mer (utenom spørsmål 1)	
3. Dager uten husarbeid på grunn av hodepine	
4. Dager da innsatsen i husarbeid var halvert eller mer (utenom spørsmål 3)	
5. Dager du gikk glipp av familie-, sosiale eller fritidsaktiviteter på grunn av hodepine	
Sum (spørsmål 1–5)	
Grad	
A. Dager med hodepine (telles ikke)	
B. Gjennomsnittlig smerte ved hodepinen, 0–10 (telles ikke)	

0–5: I · ingen eller lite påvirkning
6–10: II · lett påvirkning
11–20: III · moderat påvirkning
21+: IV · alvorlig påvirkning

ICHD-3-referansene (1.3 kronisk migrene; 8.2 medikamentoverforbrukshodepine) gjelder regelmessig bruk i mer enn 3 måneder. En månedstelling er et utgangspunkt for en samtale, ikke en diagnose. Flere doser samme dato teller som én dag.