Läkemedelslogg vid migrän: dokumentera doser och effekt

Tomt blad · fyll i för hand · A4, passar även US Letter · dim.arvetechapps.com · arbetsblad för anteckningar, inte ett diagnostiskt test

Datum	Tid	Typ av läkemedel	Läkemedel / tagen mängd	Smärta vid intag (0–10)	Observerad effekt / tid	Frågor / biverkningar

Typ av läkemedel: Triptan · Kombinationsanalgetikum · Opioid · Ergotamin · Enkelt smärtstillande / NSAID · Gepant / ditan / annat · Inget

Månaden i korthet – bocka för varje dag

Månad: _____

Dag	Akut läkemedel	Triptan m.fl.	Enkelt smärtstillande
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			
Summa			

Dagar med något akut läkemedel	10+ vid flera klasser
Dagar med triptaner, kombinationsanalgetika, opioider eller ergotamin	10+
Dagar med enkla smärtstillande eller NSAID	15+

ICHD-3-referenserna (1.3 kronisk migrän; 8.2 läkemedelsöverförbrukningshuvudvärk) gäller regelbunden användning i mer än 3 månader. En månadsräkning är ett underlag för samtal, inte en diagnos. Flera doser samma datum räknas som en dag.