Nhật ký đau nửa đầu khi đi du lịch: ghi rõ múi giờ

Trang trống · điền bằng tay · A4, vừa cả khổ US Letter · dim.arvetechapps.com · bảng để sắp xếp ghi chép, không phải xét nghiệm chẩn đoán

Ngày / giờ / múi giờ địa phương	Chuyến đi / thay đổi sinh hoạt	Đau đầu? (có/không)	Mức đau cao nhất (0–10)	Triệu chứng / thời điểm	Thuốc cắt cơn? (có/không)	Ghi chép thuốc / câu hỏi