偏头痛月度回顾表

空白表格 · 手写填写 · A4，也适用于 US Letter · dim.arvetechapps.com · 用于整理记录的表格，不是诊断测试

月份	有记录的天数	头痛天数	使用任何急性期药物的天数	使用曲坦类、复方镇痛药、阿片类或麦角胺类的天数	使用单方镇痛药或 NSAID 的天数	与参考值比较	变化 / 问题

每月一行。从日记中填入天数，比较列会与 ICHD-3 参考值对照。

MIDAS 式失能计数 – 最近 3 个月

参照 MIDAS 问卷（Stewart 等，Neurology 2001）改写的条目。请填写天数；这不是正式问卷。

1. 因头痛缺勤或缺课的天数	
2. 工作或学习效率降低一半及以上的天数（不含第 1 题）	
3. 因头痛没有做家务的天数	
4. 家务效率降低一半及以上的天数（不含第 3 题）	
5. 因头痛错过家庭、社交或休闲活动的天数	
总分（第 1–5 题）	
分级	
A. 有头痛的天数（不计分）	
B. 这些头痛的平均疼痛程度 0–10（不计分）	

0–5: I · 几乎无失能
6–10: II · 轻度失能
11–20: III · 中度失能
21+: IV · 重度失能

ICHD-3 参考值（1.3 慢性偏头痛；8.2 药物过度使用性头痛）适用于规律使用超过 3 个月的情况。月度计数是就诊沟通的依据，不是诊断。同一天多次服药按一天计算。