

with you

دفتر يوميات الصداع

يفصّل اعداصل اب هي بشل اعداصل ا نم نوناع نمّل



اقرأ عبر الإنترنت وقم بتحميله من الرابط

www.abbvie-care.de/kopfschmerztagebuch-ar

abbvie
care 
with you

عزيزي القارئ،

لشمل ألام وحزننا إلى علاج وحيص لكش بصادصنا في نصت نكمي يكل
كناحل نكنا إلى رقب قلماش وقي قد قروص إلى لوصحل مامل ن

إلى جانب الفحص العصبي، تلعب الملاحظة والوصف الدقيق لنوع الصداع دورًا رئيسيًا في نجاح العلاج.

لذلك، فمن المهم أن تُدَوِّن البيانات في دفتر اليوميات هذا بانتظام. حيث إنه يساعد الفريق المعالج على مواءمة علاجهم بشكل مثالي بقدر الإمكان.

كن أنت الخبير في شؤونك الخاصة واكتشف ما يمكنك القيام به.

نتمنى لك كل التوفيق في ذلك.

فريق الرعاية في AbbVie

دعمك وتعاونك أمران مهمان!

يرجى ملء دفتر اليوميات كل يوم حتى يتمكن طبيبك المعالج من اكتساب فهم دقيق لحالتك. وبناءً على النتائج، يتم اتخاذ قرارات العلاج. لذلك فمن خلال مساعدتك وملاحظاتك فحسب يمكن لفريق العلاج اتخاذ القرارات الصحيحة بخصوص العلاج الناجح.

كيف يمكنك المساعدة؟

أدخل المعلومات المعنية بانتظام - ويفضل أن يكون ذلك يوميًا - في الخانات. إذا كانت لديك أي أسئلة حول طريقة الملء، فيرجى الاتصال بفريق العلاج المختص.



كيف تملأ دفتر اليوميات؟

يرصد دفتر اليوميات العديد من جوانب الصداع، مثل شدة الصداع، ومدة الصداع. يرجى ذكر اسمك والشهر الجاري توثيقه في كل صفحة في دفتر اليوميات.

نم موي لكب صاخلا ين عملما عبرملا يف عطاقتم قمال ع عض ، قماع قدع اقك
ة. ين عملما ماي أا



أصبحت بنوبة صداع متوسطة في يوم ٢ مايو. وانتهت النوبة بعد ساعتين. في اليوم التالي، أي يوم ٣ مايو، عانيت من نوبة صداع نصفي مصحوبة بصداع شديد للغاية استمر لنصف اليوم.

رقم	ملأ كدش				قمال	
	طبيب	طبيب	ديش	قياغل ديش	تاعاس 4 نم رتقا	تاعاس 4 نم رتقا
1						
2						
3						
4						
5						

لاشم



تناولت قرصًا من دواء أسيتامينوفين ٥٠٠ ملغ في يوم ٢ مايو لعلاج الصداع متوسط الشدة. إلا أنك لم تستطع تحديد مسبب الألم. وفي يوم ٣ مايو، تناولت قرصًا من سوماتريبتان (٥٠ ملغ) في بداية نوبة الصداع النصفي مباشرة. وكان الإجهاد هو مسبب الصداع.

رقم	ببس ملأ		قيا ودأا	
	a	b	ببس ملأ (9 عاغل)	ببس ملأ (9 عاغل)
1				
2				
3	1			
4				
5				

c. الأدوية التي يتم تناولها

A باراسيتامول

B سوماتريبتان

المسببات المحتملة

a. أي دسجل أو أي سن فنلأ تاببس ملأ

- ١ القلق أو الإجهاد
- ٢ فترات التعافي
- ٣ تغيير إيقاع النوم
- ٤ فترة الحيض
- ٥ غير ذلك

.....

.....

.....

b. تابورش ملأ أو عم طألأ نم تاببس ملأ

- ١ الحين
- ٢ المشروبات الكحولية
- ٣ الشوكولاتة
- ٤ القهوة، الكولا
- ٥ غير ذلك

.....

.....

.....

c. املوانت متي يتلأ ةي ودألأ

يرجى إدراج مسكن الألم الخاص بك في صفحات دفتر اليوميات المعنية.

.....

.....

.....

ةي باجي إلأ تار بخلأ/براجتلأ لجس



إذا حدث لك شيء جميل للغاية في أحد الأيام أو إذا تمكنت من القيام بشيء مجددًا لم يكن بمقدورك القيام به منذ وقت طويل - فسجل هذه اللحظات الإيجابية في دفتر يومياتك!

؟تااي مويلا رتفد مي دقت بجي ى تم



يرجى إحضار دفتر يومياتك معك في كل زيارة للطبيب. يتم اتخاذ قرارات علاجية مهمة بناءً على ملاحظاتك.

[illegible]

c. اهلوانت يتلأ قى و دأل

B

A

D

C

[illegible]

[illegible]

c. اهلوانت يتل اقيودأل

B

A

D

C

[illegible]

[illegible]

c. اهلوانت يتل اقيودأل

B

D

A

C

[illegible]

[illegible]

c. اهلوانت يتل اقيودأل

B

D

A

C

[illegible]

[illegible]

c. اهلوانت يتل اقي ودأل

B

A

D

C

[illegible]

نصائح من أجل العلاج

خي راتلا:

تاعرجلا	ةيودالا

--	--

تاظحالم:

.....

.....

.....

.....

خي راتلا:

تاعرجلا	ةيودالا

--	--

تاظحالم:

.....

.....

.....

.....

خي راتلا:

تاعرجلا	ةيودالا

--	--

تاظحالم:

.....

.....

.....

.....

خي راتلا:

تاعرجلا	ةيودالا

--	--

تاظحالم:

.....

.....

.....

.....

يمكنك العثور على نصائح ومعلومات حول
الصداع النصفي على:
www.abbvie-care.de/migraine



Abbvie Care نم ةمدقم لا كتمدخ:



- معلومات حول الصداع النصفي
- نصائح للحياة اليومية مع المرض
- اختبار ذاتي قد يوفر أدلة أولية حول الصداع النصفي

This image shows a full page of white paper with horizontal dashed lines, typical of primary school handwriting practice paper. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



you

www.abbvie-care.de

AbbVie Deutschland GmbH & Co. KG
Mainzer Straße 81 | 65189 Wiesbaden