

with you



# Дневник головной боли

Для людей с мигреноподобными головными болями



Прочсть в сети и скачать с сайта

[www.abbvie-care.de/kopfschmerztagbuch-ru](http://www.abbvie-care.de/kopfschmerztagbuch-ru)

abbvie  
care   
with you

# Уважаемые читатели!

**Чтобы правильно классифицировать Вашу головную боль и подобрать оптимальное лечение, важно получить как можно более точную и подробную информацию о Вашем заболевании.**

Наряду с неврологическим обследованием большое значение для успешной терапии имеет наблюдение и точное описание Вашей головной боли.

Поэтому важно, чтобы Вы регулярно вели этот дневник. Он поможет лечащему персоналу выбрать для Вас наиболее оптимальную терапию.

Получите в ваших собственных интересах нужные знания и узнайте, что Вы можете самостоятельно предпринять.

Мы желаем Вам всего наилучшего на пути к выздоровлению!  
**Коллектив AbbVie Care**

# Ваша поддержка и сотрудничество имеют большое значение!

Заполняйте ежедневно этот дневник, чтобы Ваш лечащий врач мог получить точные сведения о Вашей ситуации. На основе полученных результатов будут выбраны методы лечения. Поэтому только с помощью Вашей поддержки и Ваших наблюдений лечащие Вас специалисты смогут принять правильные решения для успешной терапии.

## Чем мы можем Вам помочь?

Вносите регулярно — лучше всего ежедневно — в графы дневника соответствующую информацию. Если у Вас возникнут вопросы к заполнению, обратитесь к лечащим Вас специалистам.



# Как заполнять дневник?

В дневнике регистрируется ряд аспектов, касающихся Вашей головной боли, в том числе **уровень** головной боли и ее **длительность**. Проставьте на страницах дневника Ваше имя и фамилию, а также регистрируемый месяц.

**Как правило, в соответствующий день Вы проставляете крестик в нужном пункте.**



## Пример

2-го мая у Вас был приступ головной боли средней тяжести. Приступ закончился через 2 часа. На следующий день, 3-го мая, у Вас был приступ мигрени с очень сильной головной болью, длившийся полдня.

День	Уровень боли					Длительность			
	легкая	средняя	сильная	очень сильная	меньше 4 ч	больше 4 ч			
1									
2		X			X				
3				X		X			
4									
5									

Указав **возбудитель** приступов головной боли и принятый Вами **медикамент**, внесите соответствующие цифры (возбудители) и буквы (медикаменты). Перечень приведен на следующей странице.



## Пример

2-го мая Вы приняли от головной боли средней тяжести одну таблетку парацетамола 500 мг. Возбудитель боли Вы назвать не можете. 3-го мая сразу после начала приступа мигрени Вы приняли одну таблетку суматрипана (50 мг). Возбудителем был стресс.

День	Возбудитель		Медикамент				
	Указать цифру (стр. 9)						
	a	b					
1							
2			A				
3	1		B				
4							
5							

с. Принимаемые медикаменты

A Парацетамол

B Суматрипан



### Регистрируйте положительные результаты/события!

Если у Вас в какой-то день произошло особо радостное событие или Вы снова смогли делать то, что длительное время было невозможно — зафиксируйте эти положительные моменты в Вашем дневнике!



### Когда нужно показывать дневник?

Имейте при себе дневник при каждом посещении врача. На основе Ваших наблюдений будут приняты важные терапевтические решения.

## Возможные возбудители

### а. Физические и телесные возбудители

- 1 Волнение или стресс
- 2 Фаза отдыха
- 3 Изменение ритма сна
- 4 Менструация
- 5 Прочие

.....

.....

.....

### б. Продукты питания/напитки в качестве возбудителя

- 1 Сыр
- 2 Алкогольные напитки
- 3 Шоколад
- 4 Кофе, кола
- 5 Прочие

.....

.....

.....

### с. Принимаемые медикаменты

Укажите на соответствующих страницах дневника принятые Вами болеутоляющие медикаменты.

.....

.....

.....











# Указания к терапии

Дата: .....

Медикамент	Дозирование

--	--

Примечания: .....

.....

.....

.....

Дата: .....

Медикамент	Дозирование

--	--

Примечания: .....

.....

.....

.....

Дата: .....

Медикамент	Дозирование

--	--

Примечания: .....

.....

.....

.....

Дата: .....

Медикамент	Дозирование

--	--

Примечания: .....

.....

.....

.....





you

[www.abbvie-care.de](http://www.abbvie-care.de)

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