

# Hoofdpijndagboek

Patiënteninformatie

PIJNZORG

Om een goede indruk te krijgen van de aard van uw hoofdpijn is het wenselijk drie tot zes maanden een dagboek bij te houden. In dit dagboek geeft u elke dag aan:

- of u een hoofdpijnaanval heeft (gehad) en de ernst ervan; of u moest braken en/of misselijk bent (geweest);
- of u menstrueert;
- het medicijn dat u die dag heeft ingenomen.

Met de gegevens uit het dagboek als uitgangspunt kiest de hoofdpijnverpleegkundige of neuroloog samen met u de meest geschikte behandeling.

Breng het dagboek mee bij elk bezoek aan uw arts of hoofdpijnverpleegkundige.

## Het invullen van het dagboek

Kies voor het invullen een vast tijdstip of de dag, bijvoorbeeld 's avonds.

### Hoofdpijn

Met een kruisje in het vakje geeft u aan of u een hoofdpijnaanval heeft (gehad) en de ernst van de hoofdpijn.

- Lichte hoofdpijn
- Matige hoofdpijn
- Ernstige hoofdpijn

Heeft u die dag geen hoofdpijn gehad, dan vult u niets in.

### Braken, misselijkheid, menstruatie

Zet een kruisje in het vakje bij de betreffende dag als u last heeft (gehad) van braken en/of misselijkheid. Geef ook met een kruisje aan als u ongesteld bent.

### Medicijnen

Noteer in de vakjes alle medicijnen die u die dag heeft gebruikt. Ook de medicijnen die u zonder recept heeft gekocht. Schrijf achter de naam van het medicijn ook de sterkte op, bijvoorbeeld paracetamol (500 mg), domperidon zetpil (60 mg), imigran (100 mg), enzovoort.

Geef per dag aan hoeveel u van het betreffende medicijn heeft genomen, bijvoorbeeld 1x als u één dosering van het medicijn heeft gebruikt.

## Voorbeeld

Maand: oktober Jaar: 2020

Dag	1	2	3	4	5	6
Hoofdpijn <i>Ernstig</i>			x		x	
<i>Matig</i>	x	x				x
<i>Licht</i>				x		

Braken			x			
Misselijkheid					x	

### Medicijnen (+sterkte en hoeveelheid)

Paracetamol 500 mg ..... 

6x	6x				
----	----	--	--	--	--

Domperidon zetpil 60 mg ..... 

		2x		2x	
--	--	----	--	----	--

## Vergoedingen

DC Klinieken heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dat betekent dat vrijwel alle zorg vergoed wordt. Net als in het ziekenhuis. U heeft wel een verwijzing van uw (huis)arts nodig. Houd rekening met uw eigen risico. Hier vindt u meer informatie over vergoedingen en eventuele uitzonderingen: [www.dcklinieken.nl/vergoedingen](http://www.dcklinieken.nl/vergoedingen).

## Vragen

Ga voor meer informatie en antwoorden op veelgestelde vragen naar: [www.dcklinieken.nl/contact](http://www.dcklinieken.nl/contact) of neem contact op met ons Service- en Informatiecentrum via 088 0100 900.

## Spoedgeval na bezoek aan DC Klinieken

Bel in geval van spoed: 088 0100 998.

## Zorgkaart Nederland

Wij vinden uw mening erg belangrijk. Laat daarom uw waardering achter op [ZorgkaartNederland.nl](http://ZorgkaartNederland.nl)!



Wilt u een waardering achterlaten?



**DC Klinieken**

# Hoofdpijnkalender DC Klinieken

Naam: ..... Maand: ..... Jaar: .....

Dag	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	
<i>Hoofdpijn Ernstig</i>																																
<i>Matig</i>																																
<i>Licht</i>																																

**Braken**

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Misselijkheid**

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Medicijnen** (+sterkte en hoeveelheid)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Menstruatie**

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Ruimte voor bijzonderheden**  
(noteer de datum)

.....

.....

.....