


Kieler Kopfschmerzkalender für Kinder

Der Kalender kann online heruntergeladen werden unter <https://schmerzlinik.de/der-kieler-kopfschmerzkalender-fuer-kinder/>



Geburtsdatum: _____



Vorname + Name _____



Monat + Jahr: _____


Bitte trage oben deine Daten sowie _____ den Monat / das Jahr ein und fülle dann täglich eine Zeile der Tabelle rechts aus. Die Zahlen von 1. - 31. stehen für den jeweiligen Tag im Monat. Unten findest du Erklärungen zu den einzelnen Spalten.

Kopfschmerzen



KS

Setze in dieses Kästchen ein Kreuz **X**, falls du heute unter Kopfschmerzen leidest.






Dauer

Trage ein, wieviel Stunden diese dauerten. 


einseitig pochend

Kreuze eines der beiden Symbole an, wenn deine Schmerzen  einseitig oder  pochend waren.

Intensität

Waren die Kopfschmerzen  schwach  mittel  stark  sehr stark? Kreuze das entsprechende Gesicht an. 

Arrgghh!



Mache ein Kreuz in diese Spalte, wenn Bewegung (z. B. Springen, Laufen) den Schmerz verstärkt hat. 

Begleitsymptome


Übelkeit Erbrechen

Kreuze diese Spalte an, wenn eines davon auftrat.

Lärm, Licht


Kreuze an, ob  Licht oder  Lärm unangenehm waren.

Anderes


Gib andere Symptome an: S = Sehstörungen; B = Bauchweh; V = Schwindel; M = Sprachstörungen; K = Kribbeln; P = Muskelschwäche 


Akut - Medikamente


Mittel

Gib an, welches Medikament du eingenommen hast. 

Wirkung












































































































































































































































Wie war die Wirkung? Schreibe die Zahl in das Kästchen: 0 = schwach; 2 = mittel; 3 = gut; 4 = sehr gut 



Konntest du heute nicht zur Schule gehen? Dann mache einen Kringel um das Datum. 

Welche Medikamente nimmst Du sonst ein:

.....

Kopfschmerzen					Begleitsymptome					Akut - Medikamente		
Tag	KS	Dauer	einseitig	pochend	 Intensität	Arrgghh!	Übelkeit, Erbrechen	Licht	 Lärm	Anderes	Welches Mittel ? 	Wirkung
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.												