

頭痛ダイアリー記載方法

年 月 日～ 月 日 / 担当医:
 名前: 歳 男・女 / 患者ID:

頭痛の程度
 頭痛の程度を3段階で記載してください。
⊘ 重度 **⊘** 中程度 **+** 軽度

日常生活への影響度
 日常生活への影響度を3段階で記載してください。
⊘ 何も手につかず、横にならなければならない
⊘ 仕事・学校・家事の能率が通常の半分以下である
+ 頭痛はあるが、日常生活に大きな支障はない

日付	生理	頭痛の程度			影響度	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれ、誘因など)	改善
		午前	午後	夜			
7/6 (日)	痛薬	⊘	⊘	⊘	⊘	生理はじまる。パファリンを飲んで横になる。	1 2 3
7/7 (月)	痛薬	⊘	+	+	⊘	午前から(動)、アマージを飲んで1日中寝た。	1 2 3
7/8 (火)	痛薬	+	⊘	+	⊘	午後、仕事に痛み出す。アマージが効いて夜もぐっすり寝た。	1 2 3

生理のあった期間に線を引いてください。

服用薬の略称と服用した数、効果を記載してください。
 ・効いたら○で囲む
 ・やや効いたら△をつける

服用した薬でどれくらい症状が改善したか○で囲んでください。
 1. 症状はなく、日常生活が普段通り行えるようになった。
 2. 気になるが、仕事や家事は何とかできる。
 3. 何とか我慢できるが、仕事や家事はできない。

症状のマーク
(重): 重い痛み **(は)**: はき気
(吐): 嘔吐 **(脈)**: 脈打つ痛み
(寝): 寝込む **(動)**: 動くとひどくなる

薬の略称
 ア:アマージ イ:イミグラン錠 イ点:イミグラン点鼻液 イ注:イミグラン自己注射
 ゴ:ゾーミッグ錠 ゾ口:ゾーミッグ口腔内速溶錠 レ:レルパックス マ:マクサルト錠
 マ口:マクサルト口腔内崩壊錠 パ:パファリン
 他:他の鎮痛薬(市販薬を含む)…薬の名前も記入

日付	生理	頭痛の程度			影響度	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれ、誘因など)	改善
		午前	午後	夜			
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3

日付	生理	頭痛の程度			影響度	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれ、誘因など)	改善
		午前	午後	夜			
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3

自由記載欄
 (MEMO欄に書ききれなかったこと、薬の効果、副作用等についても書きください。)

医師から患者さんへ

頭痛ダイアリー

年 月 日～ 月 日 / 担当医:
 名前: 歳 男・女 / 患者ID:

● 予防薬を服用していますか? : はい いいえ
 服用しているお薬の名前を記入してください。()

日付	生理	頭痛の程度			影響度	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれ、誘因など)	改善
		午前	午後	夜			
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3

日付	生理	頭痛の程度			影響度	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれ、誘因など)	改善
		午前	午後	夜			
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3

日付	生理	頭痛の程度			影響度	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれ、誘因など)	改善
		午前	午後	夜			
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3

日付	生理	頭痛の程度			影響度	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれ、誘因など)	改善
		午前	午後	夜			
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3
/	痛薬						1 2 3
()	痛薬						1 2 3