

Hoofdpijndagboek kinderen

Dit dagboek graag zorgvuldig invullen en bijhouden tot aan de afspraak bij de kinderarts/kinderneuroloog.

Richtlijnen bij het invullen van de hoofdpijndagboek

Dagdeel:

O = ochtend

M = Middag

A = Avond

Intensiteit: geef een punt van 0 tot 10.

0 = GEEN klachten.

2 = Ik ben alleen bewust van de hoofdpijn als ik eraan denk.

4 = Ik kan de hoofdpijn wel negeren.

6 = Ik kan de hoofdpijn niet altijd negeren, maar kan wel normaal doorgaan met mijn activiteiten zoals spelen, naar school gaan, etc.

8 = Het is moeilijk te concentreren door de hoofdpijn, ik kan alleen lichte taakjes/activiteiten doen.

10 = Extreme hoofdpijn, ik kan daardoor NIETS doen. Ook geen tv kijken, lezen of computeren.

Medicatie en effect: Welke medicatie is er gegeven? Hoeveel medicatie is er gegeven en heeft het geholpen?

Slapen: Hoe ging het slapen de nacht voor de hoofdpijn? Hoe laat ging je naar bed? Heb je onrustig geslapen? enz.

Activiteit vóór aanvang van de hoofdpijn: waarmee was het kind bezig vóóordat de hoofdpijn begon (tv, computeren, school, sporten, etc)?

Duur van de hoofdpijn: hoe lang duurde de hoofdpijn?

Activiteiten tijdens de hoofdpijn: kon het kind nog wel iets doen tijdens de hoofdpijn zoals buiten spelen, lezen, tv kijken enz.?

Opmerking: bijkomende symptomen, mogelijke oorzaak, andere klachten die van toepassing zijn op de hoofdpijn (bv. sporten, bepaald eten, menstruatie, anticonceptiepil enz.)

Hoofdpijndagboek

Naam patiënt:

Geboortedatum:

Weeknummer:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Maandag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Dinsdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Woensdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Donderdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
--	---------	---------------------	------------------------	--	-----------------------------	------------	-----------------------------

Vrijdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Zaterdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Zondag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

Naam patiënt:

Geboortedatum:

Weeknummer:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Maandag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Dinsdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Woensdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Donderdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Vrijdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Zaterdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Zondag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

Naam patiënt:

Geboortedatum:

Weeknummer:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Maandag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Dinsdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Woensdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Donderdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Vrijdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Zaterdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Zondag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

Naam patiënt:

Geboortedatum:

Weeknummer:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Maandag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Dinsdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Woensdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Donderdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Vrijdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Zaterdag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

	Dagdeel	Intensiteit 0-10	Medicatie en effect	Hoe ging het slapen voor de hp	Activiteit voor de hp	Duur hp	Activiteit tijdens hp
Zondag	O						
	M						
	A						

Opmerkingen:

Wij vragen u, als dit mogelijk is om de vragenlijst samen met uw kind in te vullen (4-12 jaar) of het kind de vragenlijst (met een beetje hulp) zelf in te laten vullen (12-18 jaar). Onderaan staan ook nog wat vragen voor de ouder / verzorger.

Vragen voor het kind:

1. Wanneer is de hoofdpijn begonnen (allereerste keer)?
2. Wanneer begint je hoofdpijn meestal? Ochtend / middag / avond / wisselend.
3. Hoe begint je hoofdpijn? Omschrijf
4. Wordt je hoofdpijn voorafgegaan door bepaalde verschijnselen, zoals het zien van lichtjes/sterretjes/blokjes/flitsen/ kleuren (aura)?
Nee / Ja, omschrijf wat je ziet of teken het aan de achterzijde van dit papier
5. Is er een bepaalde aanleiding (uitlokkende factor) voor de hoofdpijn zoals drukte, vermoeidheid, slaaptekort, inspanning, sporten, school, tv kijken, computeren, spanning? Omschrijf
6. Heb je op bepaalde dagen meer last van hoofdpijn? (schooldagen / in het weekend / het maakt niet uit)
7. Heb je op bepaalde momenten van de dag meer last van hoofdpijn?
Nee / Ja, namelijk
8. Heb je gedurende de vakanties ook last van hoofdpijn?
Nee, het is dan weg / Ja, het is zelfs vaker / Ja, maar het is wel minder dan normaal.
9. Is er een bepaalde reden dat je hoofdpijnklachten zijn begonnen (gevallen, gestoten, na een periode van griep / verkoudheid)?
10. Hoe vaak heb je hoofdpijn?
dagen per week