



CALENDARIO DE CEFALEA

DÍA Y HORA	DÓNDE	CÓMO	QUÉ HACE	INTERRUMPE	MEJORA	ANALGÉSICO	DURACIÓN	MOLESTIAS

Su hijo sufre dolores de cabeza. Es frecuente que en el momento de la visita no tenga ninguna molestia y que le resulte difícil recordar como es el dolor cuando lo tiene. Para poder valorar mejor estos dolores, le pido que cada vez que le duela la cabeza recoja los datos que se le piden en este CALENDARIO DE CEFALEA.

Es muy importante que la traiga cuando acuda al próximo control.

A continuación aclaro la explicación de alguno de los datos que, por falta de espacio en el calendario, pueden no quedar suficientemente claros:

DÓNDE: especifique la zona de la cabeza que le duele, la frente, la nuca, las sienes...

CÓMO: para su hijo puede resultar muy difícil describir las características del dolor, ayúdele con ejemplos:

como si te apretaran, como un pinchazo, como si tuvieras el corazón dentro de la cabeza...

QUÉ HACE: qué está haciendo su hijo cuando empieza a quejarse de dolor: juega, lee, mira la TV...

INTERRUMPE: el dolor es muy fuerte y le impide seguir la actividad que estaba haciendo, tiene que parar y reposar.

MEJORA... : a veces el dolor mejora si se tumba en una habitación tranquila o duerme, otros se alivian vomitando.

DURACIÓN: cuanto rato le duele la cabeza

MEDICINA: indique que medicamento le da en cada episodio y si le alivia.

OTRAS MOLESTIAS: además del dolor de cabeza,

- ¿se queja de que le molesta la luz o el ruido?,
- ¿ se siente mareado?,
- ¿vomita?,
- ¿se le nubla la vista?,
- anote cualquier otra molestia que acompañe al dolor de cabeza.