

## EEN MIGRAINEDAGBOEK BIJHOUDEN: GOED IDEE!

Enkele gangbare opvattingen over migraine blijken fake news te zijn. Bovendien is de ene persoon de andere niet, elke situatie is dus anders.

Wanneer u een dagboek van uw aanvallen bijhoudt, begrijpt uw arts of apotheker de frequentie, patronen en triggers van uw migraine beter.

**VRAAG RAAD  
AAN UW ARTS  
OF APOTHEKER**

Week van de  
**MIGRAINE**  
migraine-info.be

STEMPEL APOTHEEK

V.U.: GlaxoSmithKline Consumer Healthcare N.V., Avenue Pascal 2-4-6, 1300 Wavre (Belgium)  
Niet op de openbare weg gooien...NP-BE-NOBR-21-00006

**gsk**



## MIGRAINE DAGBOEK

Op het werk, in de trein  
of in de supermarkt:  
schrijf op wanneer u aanvallen  
krijgt en hoe intens ze zijn.

**PRAAT EROVER  
MET UW ARTS  
OF APOTHEKER**

DATUM	INTENSITEIT HOOFDPIJN	DUUR VAN DE AANVAL	MOGELIJKE OORZAAK (stress, uitdroging, fel licht ...)	ACTIE OF BEHANDELING (medicijn, rust, meditatie ...)
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			
	① ② ③ ④ ⑤			

Wacht niet om uw arts of apotheker te raadplegen: zij kunnen u helpen uw migraine beter te begrijpen en onder controle te krijgen.