

# Kopfwahl-Kalender

Name und Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Montag,			Dienstag,			Mittwoch,			Donnerstag,			Freitag,			Samstag,			Sonntag,					
	Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome			
morgen			morgen			morgen			morgen			morgen			morgen			morgen			morgen		
mittag			mittag			mittag			mittag			mittag			mittag			mittag			mittag		
abend			abend			abend			abend			abend			abend			abend			abend		
nachts			nachts			nachts			nachts			nachts			nachts			nachts			nachts		
Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:					

Montag,			Dienstag,			Mittwoch,			Donnerstag,			Freitag,			Samstag,			Sonntag,					
	Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome		Kopfwahl	Begleit-symptome			
morgen			morgen			morgen			morgen			morgen			morgen			morgen			morgen		
mittag			mittag			mittag			mittag			mittag			mittag			mittag			mittag		
abend			abend			abend			abend			abend			abend			abend			abend		
nachts			nachts			nachts			nachts			nachts			nachts			nachts			nachts		
Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:			Spezielles:					

Bitte füllen Sie den Kalender möglichst genau während der vereinbarten Dauer aus.

Benutzen Sie hierfür die Zeichen/Symbole, die in der Liste nebenan aufgeführt sind und ergänzen Sie bei Bedarf.

Unter Spezielles führen Sie bitte alles auf, was Ihnen noch auffällt: Medikamente, weitere begleitende Symptome mögliche Auslöser, Massnahmen die Linderung verschaffen, etc.

**Kopfwahl**

1-10 Intensität

S Stirne  
N Nacken  
li links  
re rechts

**Begleitsymptome**

L Lichtscheu  
E Erbrechen  
S Sehstörung  
G Gefühlsstörung

Beispiel: Donnerstag 5.1.13

	Kopfwahl	Begleit-symptome
morgen		
mittag	S 7	L
abend	S 3	E
nachts		
spezielles: 13.00 Uhr 500mg Dafalgan am Morgen Turnen gehabt		

