

DUBAI

MEDICLINIC WELCARE HOSPITAL
MEDICLINIC PARKVIEW HOSPITAL
MEDICLINIC ARABIAN RANCHES
MEDICLINIC MEADOWS
MEDICLINIC SPRINGS
MEDICLINIC IBN BATTUTA
MEDICLINIC ME'AISEM
AL BARSHA DIALYSIS CENTRE

MEDICLINIC CITY HOSPITAL
MEDICLINIC DUBAI MALL
MEDICLINIC AL SUFOUH
MEDICLINIC MIRDIF
MEDICLINIC AL QUSAIS
MEDICLINIC DEIRA
AL TAWAR DIALYSIS CENTRE
BOURN HALL FERTILITY CLINIC

ABU DHABI AND AL DHAFRA REGION

MEDICLINIC AL NOOR HOSPITAL
MEDICLINIC AIRPORT ROAD HOSPITAL
MEDICLINIC KHALIFA CITY
MEDICLINIC AL MAMORA
MEDICLINIC BANIYAS
MEDICLINIC AL MUSSAFAH
MEDICLINIC MADINAT ZAYED
BOURN HALL FERTILITY CLINIC

AL AIN

MEDICLINIC AL JOWHARA HOSPITAL
MEDICLINIC AL AIN HOSPITAL
MEDICLINIC AL MADAR
MEDICLINIC ZAKHER
MEDICLINIC BAWADI
MEDICLINIC AL YAHAR
BOURN HALL FERTILITY CLINIC

CONTACT US

Dubai: 800 1999
Abu Dhabi, Al Ain and Al Dhafra Region: 800 2000



Whatsapp: +971 52 800 2000



Live chat: www.mediclinic.ae



Email: enquiries@mediclinic.ae



MyMediclinic 24x7 App



EXPERTISE YOU CAN TRUST.

UAE • SOUTH AFRICA • NAMIBIA • SWITZERLAND
www.mediclinic.ae



سجل الصداع HEADACHE DIARY



INSTRUCTIONS FOR COMPILING THE DIARY

The first sector of the Headache Diary, located at the top of the page, represents one month:

- The days of the month are shown horizontally
- Vertical hours of the day
- Month and year should be specified in the upper left corner. The hours in which the headache is present should be reported with a specific symbol in each square (a square = 1 hour of headache), as shown here:
 - **Mild intensity of headache** - (annoys, but does not limit activities) scores a **1**
 - **Medium intensity of headache** - (limits normal activities) scores a **2**
 - **Strong intensity of headache** - (prevents normal activities) scores a **3**

In the second sector there is a horizontal strip in which to mark the days of the month possibly affected by the menstrual cycle.

The third sector, located at the bottom of the page, includes:

- Horizontally, days of the month
- Vertically, there are empty boxes to write down the name of any medications taken for the headache, corresponding to the headache attack. Specify in the small box the day when a drug was taken, and how many doses of that drug were taken on that specific day

Below, in the fourth sector, you will have to report any unwanted side effects of the treatment

The calendar must be completed carefully and given to the doctor who has been consulted. It should be remembered that precision and meticulousness are important, both for diagnostic and therapeutic purposes.

		Day of the month																																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
Hours of the day	0																																				
	1																																				
	2																																				
	3																																				
	4																																				
	5																																				
	6																																				
	7																																				
	8																																				
	9																																				
	10																																				
	11																																				
	12																																				
	13																																				
	14																																				
	15																																				
	16																																				
	17																																				
	18																																				
	19																																				
	20																																				
	21																																				
	22																																				
	23																																				

Day	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31					
Menstrual cycle																																				

Drug	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						

COMMENTS:

أيام الشهر																			الشهر الحالي														
31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0		
																																	1
																																	2
																																	3
																																	4
																																	5
																																	6
																																	7
																																	8
																																	9
																																	10
																																	11
																																	12
																																	13
																																	14
																																	15
																																	16
																																	17
																																	18
																																	19
																																	20
																																	21
																																	22
																																	23

اليوم	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
الدورة الشهرية																																	

الأدوية	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		

الآثار الجانبية المحتملة للعلاج:

أيام الشهر																			الشهر الحالي														
31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0		
																																	1
																																	2
																																	3
																																	4
																																	5
																																	6
																																	7
																																	8
																																	9
																																	10
																																	11
																																	12
																																	13
																																	14
																																	15
																																	16
																																	17
																																	18
																																	19
																																	20
																																	21
																																	22
																																	23

اليوم	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
الدورة الشهرية																																	

الأدوية	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		

الآثار الجانبية المحتملة للعلاج:

أيام الشهر																								الشهر الحالي								
31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
																																0
																																1
																																2
																																3
																																4
																																5
																																6
																																7
																																8
																																9
																																10
																																11
																																12
																																13
																																14
																																15
																																16
																																17
																																18
																																19
																																20
																																21
																																22
																																23

ساعات الصداع

تعليمات لتعبئة المذكرة

يمثل القسح الأول من مذكرة الصداع، الموجود أعلى الصفحة، شهرًا واحدًا:

- يتم عرض أيام الشهر بشكل أفقي
- الساعات بشكل عامودي
- يجب تحديد الشهر والسنة في الزاوية اليسرى العليا. يجب الإبلاغ عن الساعات تصاب فيها بالصداع برمز محدد في كل مربع (مربع = 1 ساعة من الصداع)، كما هو موضح هنا:

- شدة خفيفة من الصداع - (تزعج، لكنها لا تحد من الأنشطة) توضع نقطة 1
- صداع متوسط الشدة - (يحد من الأنشطة العادية) توضع نقطتين 2
- شدة صداع شديدة - (يمنع الأنشطة العادية) توضع ثلاث نقاط 3

في القسم الثاني يوجد شريط أفقي لتحديد أيام الشهر التي من المحتمل أن تتأثر بالدورة الشهرية.

القسم الثالث الموجود أسفل الصفحة ويشمل:

- أفقياً، أيام الشهر
- عمودياً، توجد مربعات فارغة تدون أسماء أي أدوية يتم تناولها للصداع، بها يتوافق مع نوبة الصداع. حدد في المربع الصغير اليوم الذي تم فيه تناول الدواء، وعدد جرعات هذا الدواء التي تم تناولها في ذلك اليوم المحدد

أدناه، في القسم الرابع، سيتعين عليك الإبلاغ عن أي آثار جانبية غير مرغوب فيها للعلاج

يجب تعبئة التقويم بعناية وتقديمه إلى الطبيب الذي تمت استشارته. يجب أن نتذكر أن الدقة والمعلومات أمران مهمان، سواء للأغراض التشخيصية أو العلاجية.

اليوم	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
الدورة الشهرية																																

الأدوية	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	

الآثار الجانبية المحتملة للعلاج: