

À QUOI SERT UN JOURNAL DE LA MIGRAINE ?

Utilisez ce journal pour noter pendant un mois les caractéristiques de vos crises de migraine. Soyez complet et le plus précis possible.

Cela permettra d'identifier leur fréquence, leurs facteurs déclenchants ainsi que d'éventuels schémas qui se répètent.

Demandez conseil à votre pharmacien ou médecin

Semaine de la
MIGRAINE
semainedelamigraine.be

CACHET DE LA PHARMACIE



JOURNAL de la MIGRAINE

LES DÉCLENCHEURS DE MIGRAINE SONT PARFOIS SURPRENANTS

UTILISEZ CE JOURNAL POUR NOTER PENDANT UN MOIS TOUT CE QUI SE RAPORTE À VOS MAUX DE TÊTE ET VOS CRISES DE MIGRAINE. TÂCHEZ AUSSI D'IDENTIFIER LES DÉCLENCHEURS DE VOS CRISES.

