

Nom :

Année :

Prénom :

Agenda Migraine

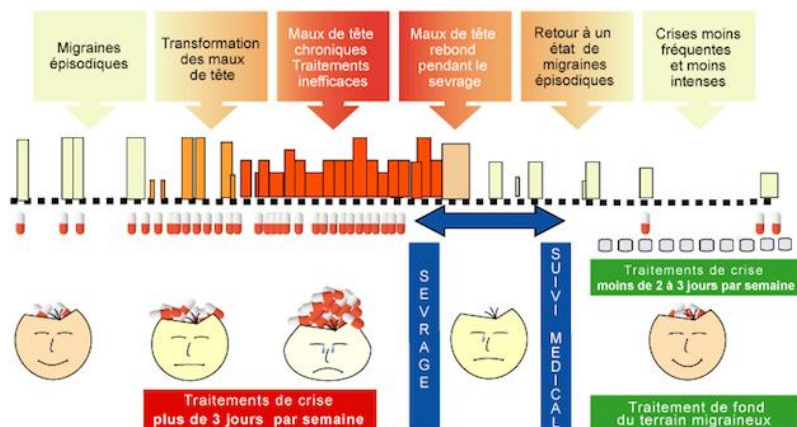
Un fil conducteur entre les patients, les Médecins de ville et
le Centre d'Evaluation et Traitement de la Douleur



Mal de tête : prise de tête ! Penser aux abus médicamenteux

Le migraineux, prenant systématiquement des traitements de crise contre la migraine ou contre la douleur **plus de 2 à 3 jours par semaine**, risque de voir apparaître des maux de tête quasi-quotidiens.

Evolution des maux de tête en fonction de la consommation médicamenteuse



Un suivi médical : pourquoi ?

Réévaluer le diagnostic et comprendre les maux de tête.

Vous aider pendant le sevrage (arrêt des médicaments anti-migraineux).

Proposer un traitement efficace, rapides, bien tolérés. Limitation de la quantité, alternatives aux médicaments.

Choisir et adapter un traitement de fond de la migraine, (médicamenteux ou non) et les traitements après le sevrage

Traiter les facteurs associés

- stress
- dépression
- tensions musculaires ...

Apprendre à distinguer les différents maux de tête. Tenir un agenda des crises



Affiche réalisée en partenariat avec la Fondation Apicil

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				



Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				

Mois de	Sévérité des maux de tête : L : légère M : Modérée S : sévère	Traitements de crise utilisés, nombre	Durée de la crise (h)	Facteur favorisant
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				