

Mon agenda de la migraine



Nom :

Prénom :

Jour	Douleur	Ce qui s'est passé	Médicaments
Tu notes ici la date de ta crise.	Ecris ici si tu as eu un peu, beaucoup ou très, très mal.	Notes si tu as vomi, eu mal au ventre, ce que tu as ressenti de spécial et si tu as repéré les facteurs déclenchants.	Mets le nom des médicaments que tu as pris, s'ils t'ont soulagé(e) et en combien de temps.