FEJFÁJÁSNAPLÓ

Dátum, nap	Mikor fájt? Pontos időpont	Mennyire fájt? 1—5 skála 1: alig 5: rémesen	Meggátolt valamilyen tevékenységet? Mit?	Hol fájt? Pontos elhelyezkedés	Mi válthatta ki?	Meddig tartott? Időtartam (perc)	Mivel próbálkoztak? Segített?	Volt-e más tünete is? Ha igen, mi?
Példa: Jan.1. hétfő	13.30	3	Nem tudott elmenni a játszótérre	A homloka, tarkója, stb.	Számítógépezés, iskola, olvasás	30	Lefeküdt/gyógyszert kapott megszűnt	Hányinger/hányás, látási tünetek, kimerültség, stb.