

---

## Hoofdpijn vragenlijst

---

Naam:

Sinds wanneer heeft u hoofdpijnklachten? Hoe oud was je toen je je eerste hoofdpijn kreeg ?

Hoe verliep zulke hoofdpijn toen?

Hoe is het veranderd?

Komt de hoofdpijn in aanvallen? Of is die eerder non-stop?

Hoe lang duren deze aanvallen? (*duid aan wat meest past*)

- 0-30 min
- 30 min-4 uur
- 4 uur tot 3 dagen
- 3 tot 7 dagen
- Langer dan 7 dagen

Heeft u verschillende soorten hoofdpijn?

Is er hoofdpijn in de familie?

Hoeveel dagen per maand heeft u hoofdpijn (denk hierbij aan de voorbije drie maanden)?

- Dagelijks
- 10-15 dagen (dus om de twee dagen, 3 à 4 keer per week)
- 5-10 dagen
- 2-4 dagen
- 1 dag

Waar zit de hoofdpijn meestal?

Hoe erg is de hoofdpijn meestal? (of hoeveel van elk?)

- 10: allerergste, ik kan niets anders doen dan in bed blijven
- 8-9: ik kan niets gedaan krijgen, de hoofdpijn heeft de overhand
- 6-7: ik probeer medicatie, maar moet eigenlijk kunnen gaan liggen
- 4-5: met medicatie kan ik toch op het werk blijven
- 3-4: zou ik iets nemen?
- 1-2: ik voel mijn hoofd maar hoef geen medicatie

Wanneer begint de hoofdpijn meestal?

- 'S nachts, ik sta er mee op
- Overdag
- Naar de avond toe

Heeft u voordien last van...

- Veranderingen van het zicht? (flitsen, stukken niet goed zien?)
- Spraakstoornissen? (niet op woorden kunnen komen, spreken met dubbele tong)
- Uitvalsverschijnselen (tintelingen, zware arm)

Tijdens de hoofdpijn heeft u last van...(meerdere antwoorden mogelijk)

- Misselijkheid
- Braken
- Het licht doet pijn
- Het geluid stoort
- Geuren hinderen

- Ooglid wordt kleiner
- Roodheid oog
- Loopneus of verstopte neus
- Duizeligheid

Het liefst gaat u...

- Liggen
- Rondlopen

Had u ooit een ongeval met hoofd/nek?

Bent u gemakkelijk

- Duizelig?
- Wagenziek? Kan u lezen in de auto?
- Ongemakkelijk van bewegend beeld bv. op de TV?

Hoe slaapt u?

- Onregelmatig/Shiftwerk?
- Onrustig inslapen?
- Veel wakker worden?
- Snurken?

Voelt u zich uitgeslapen 's morgens?

Wat is uw ideale gewicht?

Verzwaard?

*(Voor vrouwen)*, is of was de hoofdpijn erger rond de maandstonden?

Gebruikt u de pil?

Gebruikt u koffie? Hoeveel tassen?

Andere cafeïne? Cola? Thee? Energiedranken? Hoeveel?

Ervaart u dat bepaalde omstandigheden/zaken de hoofdpijn uitlokken?

- Eten?
- Maaltijden overslaan?
- Stress/ loslaten van stress?
- Slaaptekort?

Sport u? Wat doet u? Hoeveel minuten per week?

Voelt u zich gestresseerd?

Op het werk? Waarom?

Thuis? Waarom?

Voelt u zich depressief?

Hoeveel dagen per week neemt u pijnstillers voor de hoofdpijn?

Dus per maand

Neemt u nog pijnstillers voor andere pijn?

Welke pijnstillers?

Welke heeft u er nog geprobeerd? Werkten ze? Bijwerkingen?

Heeft u ooit preventieve medicatie genomen? (dus geen pijnstillers, elke dag ook als u geen hoofdpijn had)

Welke? Dosis? Werkte het? Nevenwerkingen?

Hebt u ooit andere behandelingen geprobeerd?

- Kiné
- Osteopaat
- Accupunctuur
- Psycholoog
- Andere

Nog belangrijke voorgeschiedenis? Opnames?

- Astma?
- Raynaud? (witte vingers wanneer het koud is)?
- Hoge bloeddruk?
- Slaapapneu?
- Depressie?

Dingen die u zeker wil vragen?