

MİGREN TARAMA ANKETİ (MS-Q)⁵

Migrenli hastalarla ilgilenen uzman hekimler nörologlardır.⁶

Başınız sürekli ağrıyor. Eşlik eden semptomları açıklayamıyorsunuz. Bu durumlardan herhangi birini yaşıyorsanız, hekiminizle konuşmanızın zamanı geldi. Bu kılavuz, aktif tedavi alabilmeniz için doktorunuzla konuşmaya başlamanıza yardımcı olacaktır.⁴

Bazen doktor randevunuzda sorularınızın cevaplanmadığını hissedebilirsiniz. Soru sorma konusunda kendinize güvenin.⁴

Aşağıdaki soruları yanıtlayın ve doldurduğunuz formu hekiminizle paylaşın.

Ayda ortalama kaç migren atağı geçiriyorsunuz?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10+

Bir atak öncesinde ne gibi belirtiler yaşıyorsunuz?



Yorgunluk



Bulantı



Işığa hassasiyet



Sese hassasiyet



Gastrointestinal sorunlar



Aura

Herhangi bir ek belirtiyi tanımlayın

Tipik bir migren atağınızın şiddeti nasıldır? Bir atak genellikle ne kadar sürer?

Şiddet

Hafif (çok az ağrı) Orta düzeyde (ağrılı) Şiddetli (çok fazla ağrı)

Süre

<4 saat 4-6 saat 6-8 saat 12-24 saat 1 gün 2 gün 3+ gün

Migren ataklarınıza yol açan belirli tetikleyiciler var mı?



Alkol



Kafein



Süt ürünleri



Uykusuzluk



Işık



Ses



Stres



Hava durumu

Bunlardan farklı bir tetikleyici varsa tanımlayın

Migren ataklarını tedavi etmek ve/veya önlemek için şu anda ne kullanıyorsunuz?

Mevcut tedavilerinizi listeleyin

Migren tedavilerinizi almayı ne sıklıkta unutuyor ya da geciktiriyorsunuz?



Hiçbir zaman



Bazen



Sık sık



Her zaman

Tedavinizi almayı neden unuttuğunuzu veya geciktirdiğinizi açıklayın

Migren günlük hayatınızı etkileyebilir.⁷

Migren; günlük yaşamınızın birçok yönünü etkileyebilir: ev işi, uyku, araba kullanma, aile, eğlence ve sosyal aktiviteler.⁷

Aşağıdaki soruları değerlendirin ve migrenin hayatınız üzerindeki etkisini hekiminizle konuşun.

Tedaviler ve kişisel uygulamalar günlük yaşamınızı etkiliyor mu?

(Ör. Birden fazla ilaç taşımak, atak sırasında izole olmak, yan etkiler, vb.)



Asla



Biraz



Orta derecede



Çok



Sürekli

Tedavilerinizin/stratejilerinizin günlük yaşamınızı nasıl etkilediğini kısaca açıklayın

Migreninizi tetiklememek için ne sıklıkla zor kararlar vermek zorunda kalıyorsunuz?

(Ör. Belirli yiyecek veya içecekleri tüketmemek, gürültülü ortamlardan kaçınmak, sosyal etkinliklere katılamamak vb.)



Hiçbir zaman



Nadiren



Bazen



Sık sık



Her zaman

Tetikleyicilerden kaçınmanın hayatınızı nasıl etkilediğini kısaca açıklayın

Migren nedeniyle işinizi veya sosyal etkinliklerinizi ne sıklıkla aksatıyorsunuz?



Hiçbir zaman



Nadiren



Bazen



Sık sık



Her zaman

İş veya sosyal etkinlikleri aksatmanın hayatınızı nasıl etkilediğini kısaca açıklayın

Migren nedeniyle ne sıklıkla işinizde kendinizi verimsiz hissediyor veya özel hayatınızdan keyif alamıyorsunuz?



Hiçbir zaman



Nadiren



Bazen



Sık sık



Her zaman

İş yerinde kendinizi verimsiz hissetmenin veya özel hayatınızdan keyif alamamanın sizi nasıl etkilediğini kısaca açıklayın

Mevcut migren tedavilerinizden memnun musunuz?



Asla



Biraz



Orta derecede



Çok



Tamamen

Buraya ek notlar ekleyin

Aldığınız tedavilere güveniyor musunuz?



Asla



Biraz



Orta derecede



Çok



Tamamen

Buraya ek notlar ekleyin

MİGREN TEDAVİSİ BAŞARILI OLMADIĞI ZAMAN, SIKLIKLA BİR ÇÖZÜM VARDIR.⁸

Bu formu doldurup bir sonraki randevunuza getirin ve hekiminizle üzerinden konuşun.

EN KISA SÜREDE BİR UZMANLA
GÖRÜŞÜN

www.pfizer.com.tr

