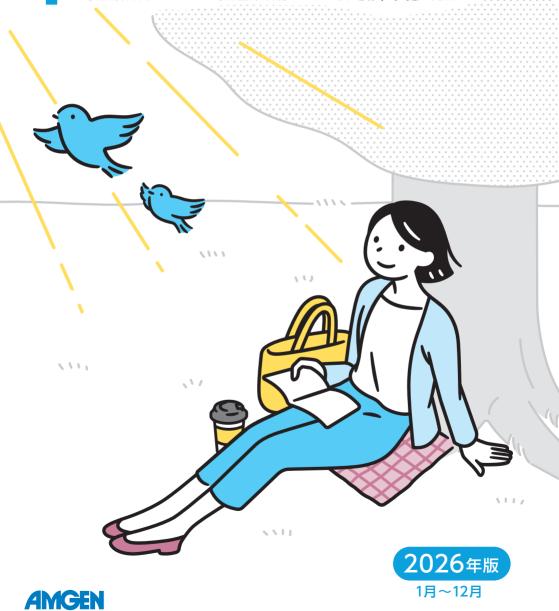
片頭痛の患者さんへ



頭痛ダイアリー

監修

埼玉精神神経センター 埼玉国際頭痛センター長 坂井 文彦 先生



なぜ頭痛の記録が必要なの?

頭痛の症状は人によって異なるため、一人ひとりの頭痛のタイプに合わせた対策を 行えるよう、自分の頭痛の特徴を把握することが大切です。

頭痛ダイアリーを活用して、頭痛が起こった日時や日数、どのような痛みか、どれくらいの痛みか、頭痛はどれくらいの時間続いたか、はき気や光・音・においなどが気になったか、薬を飲んだかどうかなど、頭痛の症状に関することを記録しましょう。

また、頭痛の症状だけではなく、頭痛によって仕事・学校・家事など、日常生活に 支障が生じていないか、自分が頭痛にどの程度悩まされているのかというような、 頭痛によって生じるストレスについても記録しておきましょう。

自分の頭痛の特徴(や誘因)を知り、生活への影響について適切に把握することが、 頭痛をコントロールするための第一歩となります。

頭痛ダイアリーは、治療を行う医師にとっても、頭痛の日数や痛みの状況、薬の使用状況、日常生活への影響の程度など、頭痛の情報を具体的に確認することができるため、確実な診断や治療効果の把握に役立ちます。

診察では、頭痛ダイアリーの記録を医師と共有しましょう。

頭痛ダイアリーの記入方法

頭痛ダイアリーは、月間のカレンダーと頭痛の記録のページからなります。

月間のカレンダーでは、頭痛があった日に印をつけておくことで、1カ月にどれくらい頭痛があったか、ひと目で確認することができます。

頭痛の記録をつけることで、「頭痛のタイプ」「頭痛の起こり方と経過」「薬の効果」「頭痛の誘因」などがわかるようになります。頭痛の記録は複写式になっていますので、切り離して 医師と共有することができます。

下記の記入例を参考に、①~⑥の項目を記入してください。

頭痛の記録 記入例

0	2			3		4	6	6
B	月経		頭排	痛の科	度	影響度	誘因	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、
付	経		午前	午後	夜	度	575 EXI	前ぶれなど)
1		痛	_	+	++		疲れ	● 前ぶれあり
(木)		薬		/ ₹ 2		月経	月経	昨日の子供の 運動会の疲れ?
2		痛	##	++	_	##	月経	脈は食事ができず
(金)		薬	/₹1∆	Image: Control of the				薬を飲んで 一日中寝ていた。
3		痛	+	++	+	#	くもり	外出したが一日中 がまんしなければ
(土)		薬		/₹1∆		-		ならなかった。
4		痛	_	_	_			
(⊟)		薬						
5		痛	_	_	_			
(月)		薬						
6		痛		_				
(火)		薬						

● 日付

2 月経

月経があった期間に線を引いてください。

3 頭痛の程度と薬の略称

・頭痛の程度を3段階で記入してください。

₩ 重度 ₩ 中程度 十 軽度

・薬を服用した場合は、薬の名前と 服用した数、効果を記入してください。 薬の名前は頭文字を記入し、 効果は、効いたら○で囲み、 やや効いたら△をつけてください。

4 日常生活への影響度

日常生活への影響度を3段階で 記入してください。

₩ 重度 ₩ 中等度 十 軽度

症状のマーク

- 脈 … 脈打つ痛み
- (は) … はき気
- 重 … 重い痛み
- (吐)… 嘔吐
- (光) … 光が気になる
- (音)… 音が気になる
- に … においが気になる

5 誘因

頭痛の誘因と思われることがあれば 記入してください。

例:精神的ストレス・解放、睡眠の過不足、天候の変化、 空腹、飲酒、月経 など

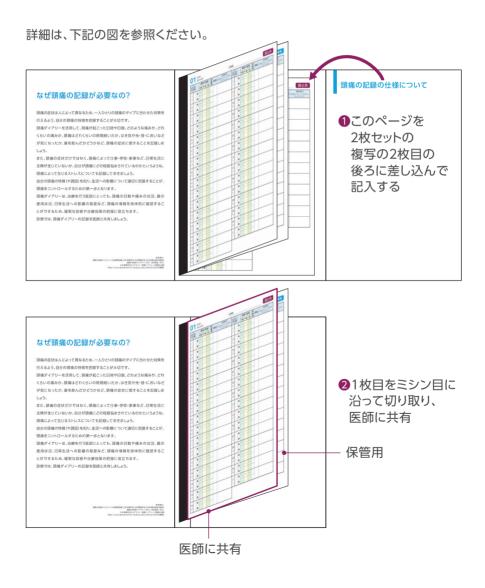
6 MEMO

症状のマークや1日の出来事、状態などを お書きください。

頭痛の記録の仕様について

頭痛の記録はひと月につき、2枚セットの複写式になっていますので、切り離して 医師と共有することができます。

複写した文字が他の月に写らないように、このページを下敷きにして、2枚セットの2枚目の後ろに差し込んでご使用ください。



O1 2026 January

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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

02 Pebruary

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
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

03 2026 March

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
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				

04 April

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			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		

05 2026 May

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					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						

06 June

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
	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				

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			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	

08 2026 August

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	ß	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					

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		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			

10 2026 October

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				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

1 1 2026 November

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
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					

12 2026 December

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		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		

MEMO (気が付いたこと、疑問、質問、希望など)

MEMO (気が付いたこと、疑問、質問、希望など)

MEMO (気が付いたこと、疑問、質問、希望など)



			iiuai														
			頭	痛の程	2度	影		MEMO				頭:	痛の程	度	割		MEMO
日付	月経		_	_		影響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、	日付	月経		_			響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、
ניו	絟		午前	午後	夜	度		前ぶれなど)	הו	栓		午前	午後	夜	影響度		前ぶれなど)
П																	
1		痛	_	_	_				17		痛	_	_	—			
(木)						_			(土)						-		
(1)		薬							(1)		薬						
Н	\vdash	_							Н	\vdash							
2		痛	—	_	_				18		痛	_	_	—			
						—									—		
(金)		薬							(日)		薬						
Ш	oxdot								\vdash	_					\perp		
ا ہ ا		痛	_		_						痛	_	_				
3		,m				_			19		,m				_		
(土)		薬							(月)		薬						
		>#<									æ						
		40									40						
4		痛							20		痛						
(⊟)		start.							(火)		state						
,_,		薬									薬						
П	П	_									_						
5		痛	_	_	_				21		痛	_	_	_			
(月)						-			(zk)						-		
()		薬							(2//)		薬						
Н	Н	_							Н	\vdash							
6		痛	—		—				22		痛	_	<u> </u>	—			
						—									—		
(火)		薬							(木)		薬						
Ш	\vdash	-							Н	<u> </u>					_		
_		痛			_						痛		_				
7						_			23						_		
(水)		薬							(金)		薬						
		*									*						
		40									40						
8		痛							24		痛						
(木)									(土)								
(214)		薬							(/		薬						
Н	Н	<u> </u>							Н	-							
9		痛	_	_	_				25		痛	_	_	_			
						-									-		
(金)		薬							(薬						
Н	\vdash								Н	\vdash							
10		痛	—	—	—				26		痛	_	—	—			
						_									-		
(土)		薬							(月)		薬						
Ш	\vdash								ш	<u> </u>	-11						
		痛			_						痛	_					
11						_			27						_		
(⊟)		薬							(火)		薬						
ш	$oxed{oxed}$	*							oxdot		*						
		痛									痛						
12		7用	L						28		7用						
(月)		遊							(水)		邨						
		薬									薬						
П		<u>_</u>															
13		痛							29		痛		_				
(火)						_			(木)						_		
		薬							(>1\)		薬						
Н										\vdash							
14		痛	_	_	_				30		痛	_	—	_			
						-									-		
(水)		薬							(金)		薬						
$\vdash\vdash$	\vdash	_				H			Н	\vdash							
1		痛	_		_				21		痛	_		_			
15						_			31						_		
(木)		薬							(土)		薬						
ш	$oxed{oxed}$	*									木						
[]		痛		_													
16		7111															
(金)		薬							l								
[[米							1								



	·	-	iluai														
日付	月		頭	痛の程	度	影響	採口	MEMO (西宮のAノプ けま年	B	月経		頭排	痛の程	度	影響	=	MEMO
付	月経		午前	午後	夜	警度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	経		午前	午後	夜	影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
								135511 2012)									135511 (1012)
1		痛				_			17		痛				_		
(木)		薬							(土)		薬						
\vdash	\vdash	_							Н	\vdash	_						
2		痛	_		_				18		痛	_	_	—			
(金)		薬							(⊟)		薬						
H	\vdash	*							Н	_	*						
3		痛	—	_	_				19		痛	_		—			
(土)						-			(月)						-		
	$oxed{oxed}$	薬									薬						
4		痛			_				20		痛						
(-			(火)						-		
(山)		薬									薬						
_		痛	_	_	_				24		痛	_	_	_			
5						-			21						_		
(月)		薬							(水)		薬						
		痛									痛						
6		/用				_			22		/用				_		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash	_							Н	\vdash	_						
7		痛	_	_	_				23		痛	_	_	_			
(水)		薬							(金)		薬						
Н	H								Н								
8		痛	—	_	—				24		痛	—	<u> </u>	—			
(木)		薬				-			(土)		薬				_		
	$oxed{oxed}$	樂									樂						
9		痛	_						25		痛		_				
(金)						-			(-		
(312)		薬							(山)		薬						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
10						<u> </u> _			26						_		
(土)		薬							(月)		薬						
		痛									惊						
11		/用				_			27		痛				_		
(日)		薬							(火)		薬						
\vdash									H								
12		痛				_			28		痛				_		
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	\vdash	_				\vdash			Н	\vdash					\vdash		
13		痛		_	_				29		痛		_				
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	_								Н	_	~						
14		痛	_	_	_				30		痛	_	_	_			
(zk)						_			(金)		遊						
		薬									薬						
15		痛	_		_				31		痛	_	_	_			
(木)						-			(土)								
(//\)		薬							(1)		薬						
4.		痛	_						Г								
16		/#B				_											



(日)

16 (月) 薬痛



U	_	Fe	brua	ıry				お名	前:								挺田用
				痛の程	 建度	影		MEMO	П	В		頭滑	富の程	度	影響		MEMO
日付	月経		午前	午後	夜	影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
1	П	痛	_	_					17		痛	_		_			
I (⊟)						_			17 (火)						_		
,	Ш	薬							-		薬						
2		痛	_	_	_				18		痛	_	_	_			
(月)		薬				_			(水)		薬						
	Н	痛		_					40		痛						
3 (火)						_			19 (木)						_		
		薬							(714)		薬						
4		痛		_	_				20		痛	_	_	_			
(水)		薬							(金)		薬						
_	\vdash	痛		_					0.4		痛			_			
5 (木)						_			21 (土)						_		
(719)		薬							(薬						
6		痛		_	_				22		痛	_	_	_			
(金)		薬							(日)		薬						
	Н	痛									痛						
7 (土)						_			23 (月)						_		
		薬							(/ 1/		薬						
8		痛	_	—	_				24		痛	_	_	—			
(⊟)		薬							(火)		薬						
	Г	痛		_					25		痛						
9 (月)						-			25 (水)						_		
	L	薬							(13.7)		薬						
10		痛	<u> </u>	<u> </u>	_				26		痛	_	_	—			
(火)		薬							(木)		薬						
11	Г	痛		_	_				27		痛	_	_	_			
(水)						_			(金)						-		
-	\vdash	薬									薬						
12		痛	_	<u> </u>		_			28		痛	_		—			
(木)		薬							(±)		薬						
13	Г	痛	_	_	_				Г								
(金)		薬				-											
H	\vdash	_															
14		痛				_											
(土)		薬															
15		痛	_	_	_												
۱'٦																	



(⊟)

16 (月) 薬痛



U	_	Fe	brua	ry				お名	別:								体官用
				痛の程	 建度	影		MEMO	_	В		頭排	富の程		影響		MEMO
日付	月経		_	午後	夜	影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
1	Г	痛	_	_					17		痛	_	_	_			
1 (⊟)						_			(火)						-		
		薬							00		薬						
2		痛	_	_	_				18		痛	_	_	—			
(月)		薬							(水)		薬						
	\vdash	痛									痛			_			
3 (火)						_			19 (木)						_		
		薬							(> \\)		薬						
4		痛	_	_	_				20		痛	_	_	—			
(水)		薬							(金)		薬						
_	Г	痛							0.4		痛			_			
5 (木)						_			21 (土)						_		
-		薬									薬						
6		痛	_	<u> </u>	_				22		痛	_	_	—			
(金)		薬							(日)		薬						
_	Г	痛		_					22		痛			_			
7 (土)						-			23 (月)						_		
	L	薬									薬						
8		痛	_			_			24		痛	—	_				
(日)		薬							(火)		薬						
9	Г	痛	_	_	_				25		痛	_	_	_			
(月)		薬				-			(水)		薬				-		
H	H								H	_							
10		痛	_	_		_			26		痛	_	_				
(火)		薬							(木)		薬						
11	П	痛	_	_	_				27		痛	_	_	_			
(水)		薬				-			(金)		薬				-		
H	\vdash								\vdash	_	_						
12		痛				_			28		痛				_		
(木)		薬							(土)		薬						
13		痛		_													
(金)		薬				_											
\vdash	\vdash																
14		痛				_											
(土)		薬															
15		痛	_		_												





					n orbe	E/		AAFAAO						n min	E/		MENAO
日付	月経		_	頭痛の程度 影響 F前 午後 夜度 誘因 MEMO 「頭痛のタイプ、はき気、 付担 年前 午						角の程	度	影響	誘因	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、			
付	経		午前	午後	夜	度	673 L	(頭角のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	付	経		午前	午後	夜	影響度	673 L	(頭痛のタイプ、はされ、 前ぶれなど)
Н								13501100.07	Н								135511100.07
1		痛							17		痛		_				
(⊟)		薬							(火)		薬						
Щ		*							Ш	_	*						
2		痛	_		_				18		痛	_	_	_			
						_									_		
(月)		薬							(水)		薬						
Н		_							Н		_						
3		痛	_	_	_				19		痛	_	_	_			
(火)		薬							(木)		薬						
Ш		*							Ш		*						
4		痛	_	_	_				20		痛	_		_			
						_									_		
(水)		薬							(金)		薬						
Н		_							П								
5		痛	_	_	_				21		痛		_	_			
(木)		薬							(土)		薬						
Ш		*							Ш		*						
6		痛	_	_	_				22		痛	_	—				
(金)						-			(-		
(五六)		薬									薬						
П		40							П		40						
7		痛				_			23		痛				_		
(土)		薬							(月)		薬						
Н		_							Н	_	_						
8		痛	—	_	_				24		痛	—	<u> </u>	—			
(-			(火)						-		
(山)		薬									薬						
		痛									痛						
9		7用				_			25		7用				_		
(月)		薬							(水)		薬						
Н	-	_							Н	H	_				_		
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
(火)		ttatt				_			(木)		state				_		
., .,		薬							()		薬						
1 1		痛									痛						
11		, ma				_			27		, res				_		
(水)		薬							(金)		薬						
Н	\vdash	-							Н	\vdash	_				\vdash		
12		痛		_	_				28		痛		_				
(木)		薬							(土)		薬		1				
Ш		米							Ш		米				\Box		
13		痛	_		_				29		痛	_	_	_			
						-									-		
(金)		薬							(田)		薬						
Н									Н								
14		痛							30		痛		_				
(土)		薬							(月)		薬						
Ш		~							Ш	_	~						
15		痛	_		_				31		痛	_	—	_			
(=)						-			(火)								
(0)		薬							()()		薬						
П		42							Г								
16		痛				_											
(E)	i [I	1								



_			arcn														
日付	月経			痛の 程	度	影響	誘因	MEMO (商度のタノプ けき気	日付	月経			痛の 程	度	影響	誘因	MEMO (商度のタイプ けき気
付	経		午前	午後	夜	度	ம் ப	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	付	経		午前	午後	夜	影響度	的丛	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
	П	セ									セ						
1		痛				_			17		痛				_		
(日)		薬							(火)		薬						
\vdash	\vdash	_							Н		_						
2		痛	_	_	_				18		痛	_	_	_			
(月)		薬							(水)		薬						
H	H	-12							H	_	-12						
3		痛	_	_	_				19		痛	_	_	_			
(火)		薬							(木)		薬						
L	lacksquare	*									*						
4		痛	_	_	_				20		痛	_	_	—			
(7K)						-			(金)						-		
(214)		薬							(312)		薬						
_		痛	_		_				21		痛	_					
5						_			21						-		
(木)		薬							(±)		薬						
Г	П	痛							П		痛						
6		/用				_			22		/用				_		
(金)		薬							(⊟)		薬						
\vdash	\vdash	_															
7		痛							23		痛			_			
(土)		薬							(月)		薬						
H	H	-12							H	_	-14						
8		痛	—	_	—				24		痛	—	_	—			
(日)		薬				_			(火)		薬						
	$oxed{oxed}$	樂									樂						
9		痛	_						25		痛		_	_			
(月)						-			(水)						-		
(/ 3/		薬							(214)		薬						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
10						_			26						-		
(火)		薬							(木)		薬						
l.		按									슏						
11		痛				_			27		痛				_		
(水)		薬							(金)		薬						
\vdash		_									_						
12		痛				_			28		痛						
(木)		薬							(土)		薬						
\vdash	H	_							H	\vdash							
13		痛	_	_	_				29		痛	_	_	-			
(金)		薬							(薬						
<u> </u>	\vdash	**								_	×						
14		痛	_	—	_				30		痛	_	—	_			
(土)						-			(月)						-		
		薬							(/3)	L	薬						
1 -		痛							2.1		痛						
15						-			31						-		
(日)		薬							(火)		薬						
		痛							Т								
16		/用				_											





_	ċ	Αр															
日付	月		頭痛の程度 影響 午前 午後 夜度 勝 誘因 (頭痛のタイプ、はき気、前ぶれなど) (可能の多イプ、はき気、前がれなど)									度	影郷	無中	MEMO		
付	月経		「一下前 午後 夜 度						午前	午後	夜	影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)			
Н		_			15.4			BJSH VOC)	Н		_						B9/5/4 00(C)
1		痛							17		痛						
(水)		薬							(金)		薬						
L		*							Н		*						
2		痛	_	_	_				18		痛	—	_	—			
(木)						-			(土)						-		
(/(/		薬							(1)		薬						
		痛									痛						
3		7#3				_			19		7#3				_		
(金)		薬							(日)		薬						
\vdash	\vdash	<u> </u>							Н								
4		痛	_		_				20		痛	_	_	_			
(土)		薬							(月)		薬				_		
L	Ш	樂							Ш		樂						
5		痛	_	_	_				21		痛	_	_	_			
						_			Z I (火)						-		
(日)		薬							()()		薬						
Н	Н	_							П		_						
6		痛				_			22		痛				_		
(月)		薬							(水)		薬						
L	H	_							Н	_							
7		痛	_	_	—				23		痛	—	_	—			
(火)						-			(木)						-		
		薬							(>1-)		薬						
		痛									痛						
8		7用				_			24		7用				_		
(水)		薬							(金)		薬						
\vdash		_							Н								
9		痛	_	_	_				25		痛	—	_	—			
(木)		薬				_			(土)		薬				_		
		樂							Ш		樂						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
						-									-		
(金)		薬							(日)		薬						
		_							Н								
11		痛							27		痛						
(土)		薬							(月)		薬						
Н	L	_							Н	_							
12		痛	_	—	_				28		痛	_	_	_			
(-			(火)						-		
(山)		薬									薬						
		痛									痛						
13		7甫				_			29		7用				_		
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	\vdash	_							Н	\vdash							
14		痛	_	_					30		痛	_	_	_			
(火)		遊				-			(木)		 चंटर						
		薬									薬						
1.		痛	_	_	_												
15						_											
(水)		薬															
\vdash	\vdash																
16		痛		_													
	1					_		I									



U		Αþ	ril					97-2			_						NK EI / IJ
	ь		頭	痛の科	建度	影響		MEMO		В		頭	富の程	譲	影響		MEMO
日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
		痛						13/3/17/06/C/			痛						13/3/17 (OCC)
1		/用				<u> </u>			17		/用				_		
(水)		薬							(金)		薬						
2		痛	_	_	_				18		痛	_	_	_			
(木)						-			(±)						-		
_	L	薬								L	薬						
3		痛	_	_	_				19		痛	_	_	—			
(金)		薬							(日)		薬						
Н	\vdash	痛								Н	痛						
4		/用				<u> </u> _			20						_		
(土)		薬							(月)		薬						
5		痛	_	_	_				21		痛	_	_	_			
(薬				-			(火)		薬				-		
⊢	H								\vdash	H							
6		痛	_			_			22		痛						
(月)		薬							(水)		薬						
_	Г	痛		_					22		痛			_			
7 (火)									23 (木)						-		
	L	薬							(714)	L	薬						
8		痛	_	_	_				24		痛	_	_	_			
(zk)		薬				_			(金)		薬						
\vdash	\vdash									H							
9		痛				_			25		痛				_		
(木)		薬							(土)		薬						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
(金)		薬				-			(薬				-		
L	L	樂								H	樂						
11		痛	_	_	_				27		痛	_	_	_			
(土)		薬							(月)		薬						
10	\vdash	痛		_					20		痛			_			
12 (⊟)						_			28 (火)						-		
(山)	L	薬									薬						
13		痛	_		_				29		痛	_		_			
(月)		薬				_			(水)		薬				_		
\vdash	\vdash								\vdash	\vdash	_						
14		痛				_			30		痛				_		
(火)		薬							(木)		薬						
15		痛	_		_												
(水)						-											
L-9		薬															
1	I	40					1	1	l .								





			TE V	痛の程	产	影		MEMO		_		百百	痛の程	度	影		MEMO
日付	月経		_	_		影響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、	日付	月経		_	_		影響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、
ניו	雅生		午前	午後	夜	度		(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	נו	雅生		午前	午後	夜	度		(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
1		痛	_	_	_				17		痛	_	_	_			
1						_			17						_		
(金)		薬							(⊟)		薬						
\vdash	\vdash	_							Н	\vdash	_				\vdash		
2		痛	—	_	—				18		痛	_		—			
一 (土)						_			(月)			·····			_		
		薬							()))		薬						
		40									40						
3		痛				_			19		痛				_		
(⊟)		薬							(火)		薬						
	lacksquare	*									*						
4		痛		_	_				20		痛	_	_	_			
						_									_		
(月)		薬							(水)		薬						
Н	\vdash	<u> </u>								\vdash	_						
5		痛	_	_	—				21		痛	_	_	_			
(火)		1007				_			(木)		1007				_		
		薬							,		薬						
		痛									痛						
6		7用				_			22		7用				_		
(水)		薬							(金)		薬						
Ш	\vdash	-								_	-10						
7		痛	_	_	—				23		痛	_	_	_			
(木)						-			(土)						-		
(\rangle)		薬							(工)		薬						
		_									_						
8		痛	_	_	_				24		痛	_	—	_			
(金)		薬							(⊟)		薬						
		樂									樂						
		痛									痛			_			
9		/H3				_			25		/H3				_		
(土)		薬							(月)		薬						
H	H	_							H		_						
10		痛	_	_	—				26		痛	_	_	—			
(-			(火)						-		
(山)		薬									薬						
		-									-						
11		痛							27		痛				_		
(月)		薬							(水)		薬						
_	\vdash										_						
12		痛	_	_	_				28		痛	_	_	_			
						_									-		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash								Н	\vdash							
13		痛		_	_				29		痛		_				
(水)		遊							(金)						_		
		薬									薬						
ļ		痛							2.0		痛						
14		, ma				_			30		, res				_		
(木)		薬							(土)		薬						
\vdash	\vdash	<u> </u>							\vdash	\vdash	-						
15		痛	_	_	_				31		痛	_	—				
(金)						-			(·····					
(312)		薬							(山)		薬						
		√ ==							Т								
16		痛															
17.5	1							1	1								



_	_	IVIc	4 7														
	В		頭	富の程	建度	影響		MEMO		В		頭排	富の程	度	影		MEMO
日付	月経		_	午後		響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経			午後		影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、
	_		一則	干俊	夜	度		削いれなど)		<u> </u>		一則	十俊	夜	岌		前ぶれなど)
1		痛	_	_	_				17		痛	—	—	—			
						-									-		
(金)		薬							(⊟)		薬						
\vdash	\vdash								Н								
2		痛	_	_	_				18		痛	_	_	_			
(土)		क्र							(月)		क्रम				_		
		薬									薬						
		痛	_		_						痛		_	_			
3		/H3				_			19		/H3				_		
(薬							(火)		薬						
\vdash	Н																
4		痛	_		_				20		痛		_	_			
(月)		***				-			(zk)		***				_		
0.37		薬							(-3 -)		薬						
		痛		_							痛						
5		7 113				_			21		7113				_		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash								H	\vdash							
6		痛	_		_				22		痛	_	_	_			
(水)						-			(金)								
VIV		薬							(314)		薬						
		痛									痛						
7		7用				_			23		7甫				_		
(木)		薬							(土)		薬						
\vdash	H	-11							H	_							
8		痛	—	_	—				24		痛	—	_	—			
(金)						-			(-		
(217)		薬							(山)		薬						
П		·=							П		-						
9		痛							25		痛				_		
(土)		薬							(月)		薬						
\vdash										_	_						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	—			
(-			(火)						-		
		薬							(//)		薬						
П	П	q÷-							П								
11		痛				_			27		痛				_		
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	\vdash	76							\vdash	<u> </u>	~						
12		痛	_	_	_				28		痛	_	_	_			
(火)						-			(木)								
(20)		薬							(/N)		薬						
П									П		-						
13		痛							29		痛						
(zk)		薬				_			(金)		薬						
\vdash	\vdash	*							\vdash	_	~						
14		痛	_	_	_				30		痛	_	_	—			
(木)						-			(±)								
(1)		薬							(工)		薬						
\vdash	\vdash								М								
15		痛							31		痛			_			
(金)		薬							(⊟)		薬						
\vdash	\vdash	*							\vdash		*						
16		痛	_														
110								I									





_		_				_			_	_	_						
	Е		頭痛の程度 影響 午前 午後 夜 で がおれなど) 日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日日								度	影響		MEMO			
日付	月経		_			響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、	日	経					響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、
13	40.0		午則	十後	夜	度		前ぶれなど)	"	W.T.		午則	十後	夜	度		前ぶれなど)
		痛	_	_					17		痛		_	_			
1		/m				_			17		/m				_		
(月)		薬							(水)		薬						
⊢	_	-1-							\vdash	_	-12						
ا ا		痛							1.0		痛		_				
2						_			18						_		
(火)		薬							(木)		薬						
⊢	<u> </u>								_	_							
3		痛	—	_	_				19		痛	—	_	—			
						_									-		
(水)		薬							(金)		薬						
\vdash	⊢								\vdash	H							
4		痛	_	_	—				20		痛	_	_	_			
						—			(土)						-		
(木)		薬							(工)		薬						
\vdash	\vdash										_						
5		痛	_	_	_				21		痛	_	_	_			
(金)						_			(⊟)						_		
(MZ)		薬							(Ш)		薬						
											_						
6		痛		_	_				22		痛			_			
(土)		rtsd:				_			(月)		rtsdr						
/		薬							0.37		薬						
		セ									セ						
7		痛							23		痛						
(⊟)		薬							(火)		薬						
		*									*						
ا ا		痛									痛						
8		/#3				_			24		/113				_		
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	_										_						
9		痛	_	_	_				25		痛	_	_	_			
						_			25						_		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash									-							
10		痛	—	—	_				26		痛	_	_	—			
						-			(金)						-		
(水)		薬							(址)		薬						
\vdash	\vdash	-							Н		_						
11		痛	_	_					27		痛		_	_			
(木)						_			(土)						-		
(11)		薬							(/		薬						
П									П								
12		痛		_					28		痛						
(金)		薬							(⊟)		薬						
	L	栄				L				L	樂						
		痛									痛						
13		/用							29		/用				_		
(土)		薬							(月)		薬						
\vdash	_	*							\Box		*						
		痛	_	_	_						痛		_	_			
14		,'m3				_			30		, m				_		
(⊟)		薬							(火)		薬						
\vdash	<u> </u>	-112				_			\vdash								
15		痛	_	—	_												
						—											
(月)		薬															
\vdash	\vdash								1								
16		痛	_	—	_												
ارتا	l					-			l								





V		Ju	IC														
			==.	÷ 0.10	7 000	E/		MEMO				==:	÷ 0.11	n minn	E/		MEMO
日付	月経		頭	痛の程	Ē 茂	影響	採田	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、	日付	月経		頭	痛の程	谌	影響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、
付	経		午前	午後	夜	夏	部丛	前ぶれなど)	付	経		午前	午後	夜	影響度	部丛	前ぶれなど)
-					15-4	-		199311 COC)					1 11-4		-		B3/514 00/C/
1		痛	_	_	_				17		痛	—	 —	_			
						-									_		
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	\vdash					-			Н	\vdash	_				_		
2		痛	_	_	_				18		痛	—		_			
						-									—		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash					-				\vdash	_				_		
3		痛	_	—	_				19		痛	_	 —	_			
1 -						-									—		
(水)		薬							(金)		薬						
\vdash	Н									\vdash					_		
4		痛	_	_	_				20		痛	_	-	_			
						-									_		
(木)		薬							(土)		薬						
\vdash	\vdash					-				\vdash	_				_		
5		痛	_	—	_				21		痛	—	 —	_			
						-									—		
(金)		薬							(⊟)		薬						
\vdash	\vdash								\vdash	\vdash					_		
6		痛	_	_	_				22		痛	—		_			
						 —									—		
(±)		薬							(月)		薬						
\vdash	\vdash					-			Н	\vdash	_				_		
7		痛	_	_	_				23		痛	—	 —	_			
						-			(火)						—		
(日)		薬							()()		薬						
\vdash	Н					_				\vdash	_				_		
8		痛	_	_	_				24		痛	—		—			
						 —									—		
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	\vdash					-			Н	\vdash	_				_		
9		痛	_	_	_				25		痛	—		_			
						-			(木)						_		
(火)		薬							(A)		薬						
\vdash	\vdash					_					_						
10		痛	_	—	_				26		痛	—	—	—			
(7K)									(金)						_		
(30)		薬							(址)		薬						
\vdash										\vdash							
11		痛	_	_	_				27		痛	—		_			
(木)						-			(土)						_		
(1/1)		薬							(工)		薬						
\vdash											_						
12		痛	_	—	_				28		痛	—	_	—			
(金)									(-		
(317)		薬							(口)		薬						
\vdash	\vdash								Н	\vdash	-				\vdash		
13		痛	_	_					29		痛		_	_			
(土)						-			(月)						_		
I(T)		薬							(7)		薬						
\vdash		-									-						
14		痛	_	—	_				30		痛	_	_	-			
(-			(火)						_		
		薬									薬						
\vdash									М	_					_		I.
15		痛	_	_													
(月)						-											
		薬															
\vdash		-							1								
16		痛	_	_	_												
(1/4)	ı					-			l								





_	_		_							_							
В	月		頭	痛の程	譲	影響	=====	MEMO	В	月		頭	痛の程	度	影響度	=====	MEMO
日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、	日付	月経		午前	午後	夜	響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、
\vdash			הא ו	1 152	TX	反		前ぶれなど)	\vdash			I BU	1 152	TX	汉		前ぶれなど)
1		痛	_	—	—				17		痛	—	—	—			
(水)						-			(金)						-		
(//\		薬							(並)		薬						
Н	\vdash								Н								
2		痛	_	_	_				18		痛	_	_	_			
(木)						_			(土)						_		
(-14)		薬							(/		薬						
П	П	·=							П		-						
3		痛							19		痛						
(金)		薬							(⊟)		薬						
Ш	Ш	米							Ш		*						
١		痛	_								痛		_	_			
4		,m				_			20		,m				_		
(土)		薬							(月)		薬						
Н	\vdash								Н	_							
5		痛	_		—				21		痛	—	_	—			
						-			(火)						-		
(日)		薬							()()		薬						
Н	Н								Н						Н		
6		痛	_	_	_				22		痛	_	_	_			
(月)		10**				_			(水)								
0 3/		薬							(/)(/)		薬						
П		40							П		40						
7		痛							23		痛		_				
(火)		薬							(木)		薬						
Ш		米							Ш		*						
ا ۾ ا		痛	_						اما		痛	_	_	_			
8		/m				_			24		,m				_		
(大)		薬							(金)		薬						
Н	\vdash								Н								
9		痛	_						25		痛	 —	_	_			
						-									-		
(木)		薬							(土)		薬						
Н	Н								Н		-						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
(金)		state							(⊟)		ttatt						
()		薬							,_,		薬						
		痛									痘						
11		7用				_			27		痛				_		
(土)		薬							(月)		薬						
Ш	\vdash	76							Ш		~						
12		痛	_	_	_				28		痛	_	_	_			
						-									-		
(薬							(火)		薬						
Н	\vdash								Н						H		
13		痛	_		_				29		痛	_	_	_			
(月)						-			(水)						-		
(,7)		薬							(\1\)		薬						
П		4=							П		4=						
14		痛							30		痛				_		
(火)		薬				_			(木)		薬						
		樂									樂						
4.		痛	_								痛						
15		/#3				_			31		/H3				_		
(水)		薬							(金)		薬						
Н	\vdash								Н								
16		痛	_	—	_												
(*)						-											





_	_	Ju	.,														
	ы		頭	痛の程	建度	影響		MEMO		В		頭排	富の程	度	影		MEMO
日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経		午前	午 後	夜	影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、
			נימ ו	1 100	IX	反		刊214 (AC)		_		1 133	1 124	IX.	区		前ぶれなど)
1		痛	_	_	—				17		痛	_	_	—			
(zk)						-			(金)						-		
(/)(/)		薬							(312)		薬						
	т	_								Т	_						
2		痛	_	_	_				18		痛	_	_	_			
(木)		rtstr				1-			(土)		rtstr				_		
,		薬									薬						
		痛	_	_	_				4.0		痛	_	_				
3		/#3				_			19		/H3				_		
(金)		薬							(⊟)		薬						
\vdash	Н									\vdash	_						
4		痛	—		—				20		痛	_	_	—			
(土)						-			(月)						-		
(薬							(רבי)		薬						
	П	_									_						
5		痛		_	_				21		痛		_				
(日)		薬							(火)		薬						
Ш		樂									樂						
ا ـ ا		痛	_	_	_						痛	_	_	_			
6		,m				_			22		,m				_		
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	H								Н	_	_						
7		痛	_	_	_				23		痛	_	_	_			
(火)						-			(木)						-		
		薬							(> \		薬						
	П	40							П		40						
8		痛							24		痛						
(zk)		薬							(金)		薬						
ш		*									*						
9		痛	_	_	_				25		痛	_	_	_			
						-									_		
(木)		薬							(土)		薬						
Н											-						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
(金)		क्य							(⊟)		क्र				_		
		薬							,_,		薬						
		痛									痛						
11		/H3				_			27		/ 13				_		
(土)		薬							(月)		薬						
\vdash	\vdash								\vdash	<u> </u>					\vdash		
12		痛	_	—	_				28		痛	_	—	_			
(日)						-			(火)								
(Ш)		薬									薬						
Г		4==							П		4==						
13		痛							29		痛						
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	\vdash	*								_	*						
14		痛	_	_	_				30		痛	_	_	_			
						-									-		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash					\vdash			\vdash	\vdash	-				\vdash		
15		痛		_					31		痛		_				
(zk)		चूंच				_			(金)		क्र				_		
Ľ.,		薬								L	薬						
		痛															
16		7用				_											





日付	月経		_	畜の程		影響	誘因	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、	日付	月経		_	痛の程		影響	誘因	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、
	和生	_	午前	午後	夜	度		(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	הו	和生		午前	午後	夜	度		(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
1 (±)		痛薬				_			17 (月)		痛薬				_		
2 (⊟)		痛	_	_		_			18 (火)		痛	_	_	_	_		
H		薬									薬						
3 (月)		痛薬				_			19 (水)		痛薬				_		
4		痛							20		痛	_	_				
(火)		薬							(木)		薬						
5 (水)		痛薬							21 (金)		痛薬	_	<u> </u>	_	_		
6 (木)		痛							22 (土)		痛						
7		薬痛	_	_	_				23		薬痛	_	_	_			
(金)		薬							(日)		薬						
8 (土)		痛薬		<u> </u>		_			24 (月)		痛薬	<u> </u>			_		
9 (⊟)		痛薬	_	_					25 (火)		痛薬		_	_	_		
10 (月)		痛薬	_	_	_	_			26 (水)		痛薬	_	_	_			
11 (火)		痛薬				_			27 (木)		痛薬		_	_	_		
12 (水)		痛薬	_	_	_	_			28 (金)		痛薬	_	_	_			
13 (木)		痛	_		_				29 (土)		痛	_	_	_			
14		薬痛		_	_				30		薬痛	_	_	_			
(金)		薬							(⊟)		薬						
15 (±)		痛薬	_	—	_				31 (月)		痛薬	_	_	_	_		
16		痛	_	_	_												





		_	gust														
IB	月		頭	痛の程	程度	影響		MEMO	В	月		頭排	痛の程	度	影響	====	MEMO
日付	月経		_	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経		_	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
			1 80	1 152	IX.	152		日りい1 (/みこ)				1 19:0	1 152	I.K	132		日りいれ (/みこ)
1		痛	_	_	_				17		痛	_	_	_			
(土)		150**							(月)								
		薬							V 3/		薬						
		痛									痛						
2		7用				_			18		1用				_		
(⊟)		薬							(火)		薬						
\vdash	\vdash	-1-							\vdash		-1-						
3		痛	—	_	_				19		痛	—	—	—			
(月)						-			(7K)						-		
(/3/		薬							(\7\/)		薬						
		痛									痛						
4		/用				_			20		/用				_		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash	- /-							\vdash		-1-						
5		痛	—	_	_				21		痛	—	—	_			
(7K)						-			(金)								
(NIV)		薬							(314)		薬						
		痛									痛						
6		7用				_			22		1用				_		
(木)		薬							(土)		薬						
\vdash		-1-							\vdash		-12						
7		痛	_	_	_				23		痛	—	_	—			
(金)						-			(E)								
(312)		薬							(□)		薬						
		40							П		40						
8		痛				_			24		痛				_		
(土)		薬				_			(月)		薬						
\vdash	\vdash	7									_						
9		痛	_	_	_				25		痛	_	_	_			
						-			(火)						-		
(日)		薬							()()		薬						
П		4==							П								
10		痛							26		痛		_				
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	_	~													\vdash		
11		痛	_		_				27		痛	—	_	_			
(火)						-			(木)						-		
		薬							(/N)		薬						
		40							П		40						
12		痛				_			28		痛				_		
(zk)		薬							(金)		薬						
\vdash	\vdash	~									~						
13		痛	_	_	_				29		痛	_	_	_			
(木)						-			(土)						-		
(///)		薬							()		薬						
		40							П		40						
14		痛				_			30		痛				_		
(金)		薬							(⊟)		薬						
\vdash	\vdash	~													\vdash		
15		痛	_	—	_				31		痛	—	—	—			
(土)						-			(月)								
I(T)		薬							(円)		薬						
									Т		_						
16		痛															





_	_	50	pten	ibci													
B	月		頭	痛の程	建度	影響	====	MEMO	В	月		頭	痛の程	度	影響	====	MEMO
日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経		午前	午後	夜	影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
H			1 100	1 12	1.	152		BJ/3/1 (/&C)				1 65	1 12	100	1X		H1/2/4 (/&C)
1		痛	_	_	_				17		痛	_		_			
(火)		薬				_			(木)		被				_		
		樂									薬						
اءا		痛			_				10		痛	_	_	_			
2						-			18						_		
(zk)		薬							(金)		薬						
		_							Н								
3		痛							19		痛				_		
(木)		薬							(土)		薬						
\vdash	H								H	_							
4		痛	_	_	—				20		痛	_		—			
(金)		ttet:				-			(⊟)		state				-		
()		薬									薬						
L		痛	_	_	_				0.4		痛	_	_	_			
5						-			21						_		
(土)		薬							(月)		薬						
Н	Н	_															
6		痛							22		痛						
(⊟)		薬							(火)		薬						
\vdash	H	_							Н	_					_		
7		痛	_	_	—				23		痛	—	—	—			
(月)						-			(zk)						-		
(/)/		薬							(/3//		薬						
		痛		_							痛		_				
8		7#3				_			24		7#3				_		
(火)		薬							(木)		薬						
Н		_							Н		-						
9		痛	_	_	_				25		痛	_		_			
(zk)		薬							(金)		薬						
Ш	\vdash	*							Ш		*						
10		痛	—	_	_				26		痛	—	<u> </u>	—			
(木)						-			(±)						-		
(N)		薬							(1)		薬						
	П	痛							П		40						
11		/用				_			27		痛				_		
(金)		薬							(⊟)		薬						
\vdash	\vdash	_				\vdash			\vdash	\vdash							
12		痛	_	_					28		痛	_	_	_			
(土)		薬				-			(月)		薬						
	Ш	樂									樂						
13		痛	_		_				29		痛	_	_	_			
						-									_		
(日)		薬							(火)		薬						
П	П	痛									痛						
14		/用				_			30		7用				_		
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	\vdash	_							\vdash								
15		痛	_	_	_												
(火)		薬															
L	$oxed{oxed}$	樂															
16		痛	_		_												
Lio						-											



16



U		Se	pten	nber				07-L									DK EI / II
	Р		頭	痛の科	呈度	影響		MEMO		Р		頭	痛の程	度	影		MEMO
日付	月経		_	午後	_	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経		_	午後	夜	影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
	Н		1 133	1 12		-		BJSH GGC)		Н	-	1 133	1 12				BJ354 V&C)
1		痛				_			17		痛				_		
(火)		薬							(木)		薬						
		痛							4.0	Г	痛		_				
2									18								
(水)		薬							(金)		薬						
3		痛	_	_	_				19		痛	_	_	_			
(木)		薬				-			(土)		薬				-		
⊢		樂								L	梁						
4		痛	_		_				20		痛	_	_	_			
(金)		薬							(⊟)		薬						
\vdash	\vdash								Н	Н							
5		痛				_			21		痛				_		
(土)		薬							(月)		薬						
_		痛	_	_					22		痛		_	_			
6 (⊟)									22 (火)						-		
(0)		薬								L	薬						
7		痛	_	-	_				23		痛	_	_	—			
(月)		薬				_			(水)		薬				_		
\vdash	H									H							
8		痛				_			24		痛				_		
(火)		薬							(木)		薬						
		痛		_					25	Г	痛		_	_			
9 (水)									25 (金)								
(2)(7)		薬							(312)	L	薬						
10		痛	_	<u> </u>	_				26		痛	_	_	—			
(木)		薬				_			(土)		薬				_		
\vdash	H								Н	H							
11		痛				_			27		痛				_		
(金)		薬							(薬						
10		痛							20		痛						
12 (土)		ļ		ļ					28 (月)								
(T)		薬							(円)		薬						
13		痛	_	_	_				29		痛	_	_	—			
(薬				-			(火)		薬				-		
\vdash	_								H	\vdash							
14		痛	_	_	_	_			30		痛	_	_	—	_		
(月)		薬							(水)		薬						
<u> </u>	\vdash	痛							Н	_	_						l .
15 (火)						_											
	L	薬															
1.0		痛	_	_	_												



		_				_											
日付	月経		頭沒	痛の程	度	影響	誘因	MEMO (頭痛のタイプ はき気	日付	月経		頭	痛の程	度	影響	誘因	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、
17	経		午前	午後	夜	度	الكا دره	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	17	経		午前	午後	夜	度	الاعا دره	前ぶれなど)
1		痛	_	_	_				17		痛	_	_	—			
(木)		薬							(土)		薬						
2		痛	_	_					18		痛		_	_			
(金)		薬				-			(薬				-		
H	Н								Н								
3		痛				_			19		痛				_		
(土)		薬							(月)		薬						
4		痛	_		_				20		痛	_	_	—			
(日)		薬							(火)		薬						
5		痛		_					21		痛		_				
) (月)		薬				-			ZI (水)		薬				_		
H	Н								Н								
6		痛				_			22		痛				_		
(火)		薬							(木)		薬						
7		痛	_	_	_				23		痛	_	_	_			
(水)		薬							(金)		薬						
	Н	痛							0.4		痛						
8 (木)						_			24 (土)						_		
-	Н	薬									薬						
9		痛				_			25		痛				_		
(金)		薬							(日)		薬						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
(土)		薬							(月)		薬						
_		痛							_		痛						
11 (⊟)						_			27 (火)						_		
(0)		薬							-		薬						
12		痛	_	_		_			28		痛	_	_	—	_		
(月)		薬							(水)		薬						
13		痛		_					29		痛	_		_			
(火)		薬				_			(木)		薬				-		
-	Н	痛							Н		痛						
(水)						-			30 (金)						-		
(///	Щ	薬							(347)		薬						
15		痛	_	_	_	_			31		痛		_	—			
(木)		薬							(土)		薬						
16	П	痛	_	_	_				Г								
(金)		state				-											

								145140									145140
日	月		頭	痛の程	譲	影響	## CD	MEMO	日	月		頭排	痛の程	度	影響	## CD	MEMO
日付	月経		午前	午後	夜	響 度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経		午前	午後	夜	影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
			נימ ו	1 100	100	15X		別のれいみこ)	Н			נמו	1 12	1.	15X		BIJ514 (/&C)
1		痛	_		—				17		痛	_	_	—			
						-									-		
(木)		薬							(土)		薬						
\vdash	Н								Н	_	_						
2		痛	—	_	_				18		痛	—		—			
						—									-		
(金)		薬							(薬						
\vdash	Н								Н	_							
3		痛	—	—	—				19		痛	—	—	—			
						-									-		
(土)		薬							(月)		薬						
\vdash	Н								Н	-							
4		痛		_	_				20		痛	_		—			
	l					-			(火)						-		
(薬									薬						
\vdash	Н	_							Н		_						
5		痛	_	_	_				21		痛	_	_	_			
(月)						_			(水)						_		
0 3/		薬							(>1<)		薬						
\vdash	H								Н								
6		痛		_					22		痛		_	_			
(火)		10**				_			(木)								
		薬							(>14)		薬						
	П								П								
7		痛	_	_	_				23		痛	_		_			
(水)		rtatr				_			(金)		rtstr				_		
(5.7)		薬							(/		薬						
		_=							П								
8		痛		_					24		痛		_	_			
(木)	li	क्र							(土)		क्र						
		薬									薬						
	П								П								
9		痛							25		痛						
(金)		薬							(⊟)		薬						
		樂									樂						
		痛									痛			_			
10		7用							26		7用						
(土)		薬							(月)		薬						
	Ш	*							Ш		*						
		痛	_		_				ارا		痛	_	_	_			
11		/H3				_			27		/ 1 3				_		
(⊟)		薬							(火)		薬						
\vdash		-^							Н		-~				\vdash		
12		痛	_		_				20		痛	_	_	_			
12						_			28								
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	Н								Н	\vdash							
13		痛	_		_				29		痛	_	_	_			
						_									_		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash								Н	_							
14		痛	_	_	_				30		痛	_	_	_			
						-									-		
(水)		薬							(金)		薬						
\vdash	Н								Н								
15		痛	_	_	_				31		痛	_	—	—			
						-									-		
(木)		薬							(土)		薬						
\vdash	H								Н								
16		痛	_	_	_												
(全)	1					-											

		INC	vem	ber				07-11									JAC ELL 7 13
日付	月経		頭物	痛の程	星度	影響	誘因	MEMO (両座のタイプ けき与	日付	月経		頭	痛の程	度	影響	誘因	MEMO (頭痛のタイプ、はき気、
付	経		午前	午後	夜	度	05 (2)	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	付	経		午前	午後	夜	度	05 (2)	前ぶれなど)
1		痛	_	—	—				17		痛	_	_	—			
(日)		薬							(火)		薬						
2		痛	_	_	_				18		痛	_	_	_			
(月)		薬				_			(zk)		薬				_		
3	\vdash	痛		_	_				19		痛		_	_			
3 (火)		薬				-			(木)		薬				-		
_	\vdash	痛									痛						
4 (水)						_			20 (金)						_		
_	H	薬							H	_	薬						
5 (木)		痛				_			21 (土)		痛				_		
(//\)		薬							(薬						
6		痛				_			22		痛				_		
(金)		薬							(日)		薬						
7		痛	_	_	—				23		痛	_	_	—			
(土)		薬							(月)		薬						
8		痛	_	_	_				24		痛	_	_	_			
(⊟)		薬							(火)		薬						
9	Г	痛	_	_	_				25		痛		_				
(月)		薬				_			(水)		薬				_		
10		痛							_		痛						
10		薬				_			26 (木)		薬				-		
	_								H								
11 (水)		痛				_			27 (金)		痛				_		
(210)	_	薬							(312)		薬						
12		痛				_			28		痛				_		
(木)		薬							(土)		薬						
13		痛	_	_	_				29		痛	_	_	_			
(金)		薬							(薬						
14		痛	_	_	_				30		痛	_	_	_			
(土)		薬							(月)		薬						
15		痛	_	_					Г	_							İ
(=)		薬				-											
H	_																
16		痛				_											

		No	vem	ber				<u>σ-</u>	1811•								
	В		頭沒	痛の程	宝度	影響		MEMO		В		頭	富の程	 E度	影響		MEMO
日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)	日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、 前ぶれなど)
	Г	痛		_				13301110 27			痛			_			13301110 =/
1		ļ				-			17								
(日)		薬							(火)		薬						
2		痛	_	_	_				18		痛	_	_	_			
(月)		薬				-			(zk)		薬				-		
L	L	樂								_	架						
3		痛	_	<u> </u>	_				19		痛	<u> </u>	_	—	_		
(火)		薬							(木)		薬						
	Г	痛							20		痛						
4 (水)						-			20 (金)						_		
(2)()		薬							(312)		薬						
5		痛	_	_	_				21		痛	_	_	_			
(木)		薬							(土)		薬						
	H								H								
6		痛				_			22		痛				_		
(金)		薬							(日)		薬						
7		痛	_	_	_				23		痛	_	_	_			
(土)		薬				-			(月)		薬				_		
H	L								H								
8		痛	_	_		_			24		痛			—	_		
(日)		薬							(火)		薬						
9		痛		_					25		痛						
9 (月)						-			(水)						-		
0 37		薬							(/3 (/		薬						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
(火)		薬							(木)		薬						
		痛							\vdash		痛						
11						_			27						_		
(水)		薬							(金)		薬						
12		痛	_	—	_				28		痛	_	_	—			
(木)		薬				_			(±)		薬				_		
\vdash	\vdash								\vdash	\vdash							
13		痛				_			29		痛				_		
(金)		薬							(日)		薬						
14		痛	_	_	_				30		痛	_	_	_			
(±)		薬				-			(月)		薬				-		
L	<u> </u>								L		栄						
15		痛	—	_	_												
(日)		薬															
1.0		痛		_													
116	1	******					1	l	1								



_									_	_							
Ь	月		頭	痛の程	度	影響		MEMO	Ь	月		頭	痛の程	度	影		MEMO
日付	月経		午前	午後	夜	響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、	日付	月経		午前	午後	夜	影響度	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、
			一則	十夜	120	敁		前ぶれなど)				一門	十仮	122	敁		前ぶれなど)
1		痛							17		痛	_	_	_			
						_									-		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash										_						
2		痛	—						18		痛	—		—			
						—									-		
(水)		薬							(金)		薬						
	Н																
3		痛	—	_	_				19		痛	—	—	—			
(木)						-			(±)						-		
(> \\)		薬							(/		薬						
	Н	_									_						
4		痛	_	_	_				20		痛	_	_	_			
(金)	li	***				_			(⊟)						_		
(312)		薬							(,,,		薬						
	П	√ ==									-						
5		痛							21		痛		_				
(土)		薬							(月)		薬						
		樂									樂						
		痛									痛						
6		7用							22		7用						
(⊟)		薬							(火)		薬						
	Ш	*									*						
l _ l		痛									痛	_	_				
7		,m				_			23		,m				_		
(月)		薬							(水)		薬						
ш	\vdash	-11-							ш								
8		痛	_						24		痛		_				
						—									—		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	Н																
9		痛	_	_					25		痛	_	_	-			
(水)	l					-			(金)						-		
(2/\)		薬							(312)		薬						
	М	_								\vdash	_						
10		痛	_	_	_				26		痛	_	_	_			
(木)	li					_			(土)						_		
(-1-)		薬									薬						
		. ⇔							П		-						
11		痛							27		痛			_			
(金)		邨				_			(⊟)		遊				_		
		薬									薬						
		痛									痛						
12		7用				_			28		7用				_		
(土)		薬							(月)		薬						
Ш	Ш	*							Ш	Ш	*						
10		痛	_		_				امدا		痛		_	_			
13		, ras				_			29		, res				_		
(⊟)		薬							(火)		薬						
\vdash	Н	- /~							\vdash	\vdash	-17				_		
14		痛	_	—	_				30		痛	_	—	_			
						-									-		
(月)		薬							(水)		薬						
\vdash	Н					H			Н	\vdash	-				H		
15		痛	_	_	_				31		痛	—	—	—			
						-											
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	Н								Н								I
16		痛	_	_	_												
(7K)	1					-			l								

				cember													
	月経		頭痛の程度			影		MEMO	日付			頭痛の程度			影響度	誘因	MEMO
日付						影響	誘因	(頭痛のタイプ、はき気、		月経							(頭痛のタイプ、はき気、
ניו	経		午前	午後	夜	度		前ぶれなど)	הו	経		午前	午後	夜	度		前ぶれなど)
										-							
1		痛	_	_	_				17		痛	_	_	—			
						-									-		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash	_							\vdash	\vdash							
اما		痛							10		痛		_				
2						_			18						_		
(水)		薬							(金)		薬						
		*									*						
		40									40						
3		痛		_					19		痛		_				
(木)		start:							(土)		1000						
,		薬									薬						
									П	\vdash							
4		痛	_	_	_				20		痛	_	_	_			
(金)						_			(⊟)						_		
(312)		薬							(0)		薬						
\vdash	\vdash	_							\vdash	\vdash							
5		痛	_	—	—				21		痛	—	—	—			
						—									—		
(土)		薬							(月)		薬						
ш	\vdash								ш	_	-11						
_		痛									痛		_				
6		/H3							22		/нз						
(⊟)		薬							(火)		薬						
		946									樂						
7		痛		_					23		痛		_	_			
(月)						_			(水)						_		
0.37		薬							(>1.0)		薬						
		_							Н	\vdash							
8		痛	_	_	_				24		痛	_	_	—			
						—									-		
(火)		薬							(木)		薬						
\vdash	\vdash	_							\vdash	\vdash							
ا ا		痛	_	_					25		痛	_	_				
9						_			25						_		
(水)		薬							(金)		薬						
Ш	$oxed{oxed}$	*									*						
		痛	_								痛		_	_			
10		7用							26		7用						
(木)		क्रम							(土)		चंद्रा						
,		薬									薬						
		_							П		_						
11		痛	_	_	_				27		痛	_	_	_			
(金)						_			(⊟)						_		
(312)		薬									薬						
\vdash										\vdash							
12		痛	_	—	_				28		痛	_	—	_			
						-									-		
(土)		薬							(月)		薬						
\vdash	\vdash	_					-		\vdash	\vdash					\vdash		
13		痛	_	_	_				20		痛	_	_	_			
13						_			29						_		
(⊟)		薬							(火)		薬						
\vdash	\vdash	_							\vdash	\vdash	*				\Box		
ا . ا		痛							ا ـ ـ ا		痛						
14		7111							30		7用						
(月)		薬							(水)		薬						
		梁									梁						
15		痛		_					31		痛		_	_			
(火)						_			(木)						_		
		薬							(> \)		薬						
\vdash									Н	_							
16		痛	_	—	_												
						-											
(水)		薬							1								
$\overline{}$																	

