

CU TINE ÎN FIECARE ZI

CU TINE ÎN FIECARE ZI

CU TINE ÎN FIECARE ZI

CU TINE ÎN FIECARE ZI



Este important să notezi următoarele detalii:

Înainte de criză

- Ce făceai înainte de declanșării crizei?
- Au existat posibili factori declanșatori (de exemplu somn insuficient, expunere la lumină intermitentă de la televizor sau stroboscop, afecțiune recentă, consum de alcool sau de droguri, omisiunea uneia sau mai multor doze de antiepileptic, omisiunea unei mese)?
- Au existat anumite semne care au precedat criza, cu câteva ore sau chiar zile (schimbări ale dispoziției, amețeală, neliniște)?

În timpul crizei

- Cum a început criza?
- A existat o aură?
- Au fost mișcări neobișnuite sau involuntare ale corpului? Ce parte s-a mișcat prima? Ce parte s-a mișcat apoi?
- Ai putut să vorbești cu cei din jur în timpul crizei?
- Ai privit „în gol“?

- Ai avut automatisme (gesturi automate, de exemplu plescăit, mestecat, clipit, întoarcerea capului, îmbrăcat sau dezbrăcat, mers)?
- Ai clipit rapid sau s-au dat ochii peste cap?
- Corpul a devenit țeapăn?
- Ai țipat sau ai plâns?
- Ai avut contracții musculare? Dacă da, au fost mai mult pe o parte a corpului decât pe cealaltă?
- S-a modificat culoarea pielii?
- S-a modificat respirația?
- Ai căzut? Te-ai lovit ca urmare a căderii?
- Ți-ai mușcat buzele sau limba?

După criză

- Ai simțit slăbiciune temporară în orice parte a corpului?
- Ai fost obosit sau confuz, te-a durut capul?
- Cât timp a durat această perioadă de refacere după criză?

IANUARIE 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

FEBRUARIE 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

MARTIE 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

APRILIE 20 _____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

MAI 20 _____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

IUNIE 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

IULIE 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

AUGUST 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

SEPTEMBRIE 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

OCTOMBRIE 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

NOIEMBRIE 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

DECEMBRIE 20_____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

LUNA 20 _____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			

LUNA 20 _____

	Numărul crizelor	Ora declanșării	Comentarii: Factori declanșatori? Aură prezentă? Medicație de urgență? Modificări ale manifestărilor sau duratei crizei?
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			