



Dette spørgeskema er lavet for at hjælpe dig med at beskrive og give udtryk for, hvordan du har det, og hvad du ikke kan på grund af hovedpine.

For hvert spørgsmål, sæt kun kryds ved det svar, der passer bedst.

1 Når du har hovedpine, hvor ofte er det stærke smerter?

Aldrig

Sjældent

Nogle gange

Meget ofte

Altid

2 Hvor ofte begrænser hovedpine din evne til at udføre sædvanlige daglige aktiviteter såsom husarbejde, arbejde, skolegang eller sociale aktiviteter?

Aldrig

Sjældent

Nogle gange

Meget ofte

Altid

3 Når du har hovedpine, hvor ofte ønsker du, at du kunne lægge dig ned?

Aldrig

Sjældent

Nogle gange

Meget ofte

Altid

4 Inden for de seneste 4 uger, hvor ofte har du været for træt til at arbejde eller udføre dine daglige aktiviteter på grund af hovedpine?

Aldrig

Sjældent

Nogle gange

Meget ofte

Altid

5 Inden for de seneste 4 uger, hvor ofte har du følt dig ked af det hele eller irriteret på grund af hovedpine?

Aldrig

Sjældent

Nogle gange

Meget ofte

Altid

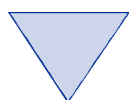
6 Inden for de seneste 4 uger, hvor ofte har hovedpine begrænset din koncentrationsevne på arbejdet eller i dine daglige aktiviteter?

Aldrig

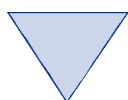
Sjældent

Nogle gange

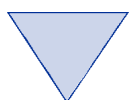
Meget ofte

Altid


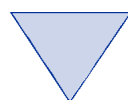
+



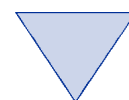
+



+



+



KOLONNE 1
(6 points hver)

KOLONNE 2
(8 points hver)

KOLONNE 3
(10 points hver)

KOLONNE 4
(11 points hver)

KOLONNE 5
(13 points hver)

Ved sammentælling, læg pointene sammen for svarene i hver kolonne.

Vis resultaterne af spørgeskemaet (HIT-6) til din læge.

Samlet Score

Jo højere score, jo større påvirkning på dit liv.

Scoren kan ligge mellem 36-78.



SPØRGESKEMA VEDR. PÅVIRKNING VED HOVEDPINE

Hvad betyder dit resultat?

▼ Hvis du har 60 point eller mere

Din hovedpine har en meget alvorlig indvirkning på dit liv. Du lider muligvis af invaliderende smerte og andre symptomer, der er mere alvorlige end hos andre, der lider af hovedpine. Du bør ikke lade din hovedpine forhindre dig i at nyde de vigtige ting i dit liv, såsom familie, arbejde, skole eller sociale aktiviteter.

Lav en aftale **i dag** for at diskutere dit HIT-6 resultat og din hovedpine med din læge.

▼ Hvis du har 56 – 59 points

Din hovedpine har kraftig indflydelse på dit liv. Du lider muligvis af kraftige smerter og andre symptomer, der medfører, at du går glip af tid med din familie, arbejde, skole, eller sociale aktiviteter.

Lav en aftale **i dag** for at diskutere dit HIT-6 resultat og din hovedpine med din læge.

▼ Hvis du har 50 – 55 points

Din hovedpine har en vis indvirkning på dit liv. Din hovedpiner bør ikke medføre, at du går glip af tid med din familie, arbejde, skole, eller sociale aktiviteter.

Husk at diskutere dit HIT-6 resultat og din hovedpine med din læge ved dit næste lægebesøg.

▼ Hvis du har 49 points eller færre

Din hovedpine lader ikke til at have større indflydelse på dit liv i øjeblikket. Du opfordres til at udfylde en HIT-6 hver måned, så du kan fortsætte med at følge, hvordan din hovedpine indvirker på din hverdag.

▼ Hvis du har 50 points eller mere på HIT-6

Du bør meddele resultatet til din læge. Hovedpiner, der har så stor indvirkning på din hverdag, kan skyldes migræne.

Tag HIT-6 med til dit næste lægebesøg, da undersøgelser viser, at når læger forstår i hvor svær grad hovedpine kan have indvirkning på deres patienters liv, er de mere tilbøjelige til starte et vellykket behandlingsprogram, som kan omfatte medicin.

HIT kan også hentes på internettet på www.headachetest.com.

Ved anvendelse af internetmodellen kan du udskrive en personlig rapport med dine resultater, såvel som en speciel detaljeret udgave til din læge.

Glem ikke at udfylde HIT-6 igen eller at prøve internetmodellen, så du kan fortsætte med at følge din fremgang.

▼ Information om HIT

The Headache Impact Test (HIT) er en metode, der anvendes til at måle, hvor stor indvirkning hovedpine har på din evne til at fungere på din arbejdsplads, i skolen, hjemme og i sociale situationer. Dit pointantal viser dig, hvor stor indflydelse hovedpine har på din normale hverdag og din evne til at fungere. HIT er udviklet af en international gruppe af hovedpine-eksperter indenfor neurologi og almindelig medicinsk praksis i samarbejde med de, som udviklede sundhedsmålingsmetoden SF-36®.

HIT er ikke ment som medicinsk rådgivning for medicinsk diagnose eller behandling. Du bør tale med din privatlæge angående rådgivning for din specifikke situation.