



Detta frågeformulär har utformats för att hjälpa Dig beskriva och förmedla hur Du känner Dig och vad Du inte kan göra på grund av huvudvärk.

För varje fråga, ange Ditt svar genom att sätta ett kryss i den ruta som bäst passar in på Dig.

**1** När Du har huvudvärk, hur ofta är smärtan svår?

Aldrig       Sällan       Ibland       Mycket ofta       Alltid

**2** Hur ofta begränsar huvudvärk Din förmåga att utföra vanliga dagliga aktiviteter, såsom hushållssysslor, arbete, studier eller sociala aktiviteter?

Aldrig       Sällan       Ibland       Mycket ofta       Alltid

**3** När Du har huvudvärk, hur ofta önskar Du att Du kunde lägga Dig?

Aldrig       Sällan       Ibland       Mycket ofta       Alltid

**4** Under de senaste 4 veckorna, hur ofta har Du känt Dig för trött för att arbeta eller utföra dagliga aktiviteter på grund av huvudvärk?

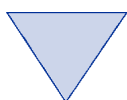
Aldrig       Sällan       Ibland       Mycket ofta       Alltid

**5** Under de senaste 4 veckorna, hur ofta har Du känt att Du fått nog eller känt Dig irriterad på grund av huvudvärk?

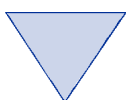
Aldrig       Sällan       Ibland       Mycket ofta       Alltid

**6** Under de senaste 4 veckorna, hur ofta har huvudvärk begränsat Din förmåga att koncentrera Dig på Ditt arbete eller Dina dagliga aktiviteter?

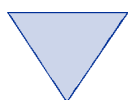
Aldrig       Sällan       Ibland       Mycket ofta       Alltid



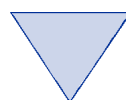
+



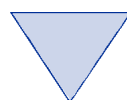
+



+



+



**KOLUMN 1**  
(6 poäng vardera)

**KOLUMN 2**  
(8 poäng vardera)

**KOLUMN 3**  
(10 poäng vardera)

**KOLUMN 4**  
(11 poäng vardera)

**KOLUMN 5**  
(13 poäng vardera)

För poängberäkning, summera svaren i varje kolumn.

Visa resultatet av detta frågeformulär (HIT-6) för Din läkare.

**Totalpoäng**

Högre poäng indikerar större påverkan på Ditt liv.

Poängintervall 36-78.



# FRÅGEFORMULÄR OM INVERKAN AV HUVUDVÄRK Vad betyder poängen?

## ▼ Om du fick 60 poäng eller mer

Din huvudvärk har en mycket stor inverkan på ditt liv. Du kanske DELETED har upplever förlamande smärta och andra symptom som är svårare än de som andra personer med huvudvärk upplever. Låt inte huvudvärken stoppa dig från att njuta av det som är viktigt här i livet – familj, arbete, skola eller sociala aktiviteter.

Beställ tid **i dag** för att diskutera dina HIT-6 resultat och din huvudvärk med din läkare.

## ▼ Om du fick 56 – 59 poäng

Din huvudvärk har en betydande inverkan på ditt liv. Du kanske upplever svår smärta och andra symptom, som gör att du går miste om tid tillsammans med familjen, arbete, skola eller sociala aktiviteter.

Beställ tid **i dag** för att diskutera dina HIT-6 resultat och din huvudvärk med din läkare.

## ▼ Om du fick 50 – 55 poäng

Din huvudvärk förefaller att ha viss inverkan på ditt liv. Din huvudvärk torde inte medföra att du går miste om tid med familjen, arbete, skola eller sociala aktiviteter.

Diskutera ditt HIT-6 resultat och din huvudvärk med din läkare vid nästa läkarbesök.

## ▼ Om du fick 49 poäng eller mindre

Din huvudvärk förefaller att ha liten eller ingen inverkan på ditt liv just nu. Du bör fortsätta att besvara HIT-6 varje månad för att kontrollera hur din huvudvärk påverkar ditt liv.

## ▼ Om du fick 50 poäng eller mera på HIT-6

**Du bör låta din läkare få veta dina resultat. Huvudvärk som påverkar ditt dagliga liv kan vara migrän.**

Ta HIT-6 med dig när du besöker din läkare. Forskning har visat att när läkare förstår precis i vilken omfattning huvudvärk påverkar deras patienters liv, är det mycket mera troligt att de kommer att ordinera en framgångsrik behandling, vilken bland annat kan vara medicinering.

**HIT finns också på Internet: [www.headachetest.com](http://www.headachetest.com).**

Internetversionen ger dig också möjlighet att skriva ut en personlig rapport av resultatet och en särskild detaljerad version till din läkare.

Glöm inte att testa dig med HIT-6 igen, eller prova Internetversionen för att fortsätta att kontrollera ditt tillstånd.

## ▼ Om HIT

HIT (Headache Impact Test) är ett hjälpmedel för att mäta den inverkan huvudvärk har på din förmåga att fungera i arbetet, i skolan, i hemmet och i sociala situationer. Din poäng visar vilken effekt din huvudvärk har på ditt normala dagliga liv och på din funktionsförmåga. HIT har tagits fram av ett internationellt team av experter på huvudvärk inom neurologi och primärvård i samarbete med de psykometriker som utvecklade hälsoutvärderingsverktyget SF-36<sup>®\*</sup>.

HIT är inte avsett att ge medicinsk rådgivning beträffande diagnos eller behandling. Du bör tala med din läkare för att få råd som gäller dig.