



Navodila za uporabo:

1. **Jakost.** Označite s številko od 1 do 10 glede na bolečinsko lestvico – pri čemer je 1 najblažja, 10 pa najhujša bolečina (oz. 1 do 5 pri mlajših otrocih).
2. **Mesto in vrsta bolečine.** Otrok opiše, **kje je bolečina** prisotna (npr. v zatilju, v čelu, desna/leva polovica glave, celotna glava itd.) in **kakšna je bolečina** (npr. stiskajoča, kljuvajoča, ostra itd.).
3. **Sprožilci.** Zapišite, kaj je otrok počel ob pričetku ali tik pred pričetkom glavobola.
4. **Spremljajoči simptomi.** Na primer: vrtoglavica, slabost, če ga moti hrup ali svetloba, občutek mravljinčenja itd.
5. **Ukrepi za ublažitev.** Hladni obkladki, počitek, pitje tekočine, masaža ipd. ter **zdravilo**, če ga je otrok prejel – ime zdravila in odmerek.
6. **Trajanje.** Vpišite, koliko časa je preteklo od pričetka glavobola do popolnega okrevanja ali izrazitega upada jakosti glavobola.

Gradivo je informativne narave in kot tako namenjeno izključno splošnemu informiranju. Gradivo ne more nadomestiti pregleda pri zdravniku. Opisane informacije so splošne narave in morda niso primerne za vsak posamezen primer. V primeru nejasnosti ali vprašanj se posvetujte s svojim zdravnikom, v primeru nujnih stanj vedno pokličite 112. Gradivo temelji na smernicah, veljavnih v maju 2026. Pregledali so ga pediatri in zdravniki, ki obravnavajo otroke in mladostnike. Avtorji gradiva ne zagotavljajo, da so informacije vedno popolne, popolnoma posodobljene ali primerne za vsak klinični primer. Prav tako ne prevzemajo odgovornosti za kakršnekoli posledice, ki bi lahko nastale zaradi uporabe navedenih informacij. Uporaba gradiva je na lastno odgovornost.