



ODZYSKAJ DZIEŃ  
BEZ BÓLU

NOWY SPOSÓB  
NA MIGREŃĘ!

Dzienniczek  
migreny

# Migromin

**Nowość**

ODZYSKAJ DZIEŃ BEZ BÓLU  
NOWY SPOSÓB NA MIGRENĘ!



## Dawkowanie

**1x**



### Ból głowy

Zalecana dawka jednorazowa to 1 tabletkę. W razie konieczności drugą tabletkę można przyjąć po upływie 4-6 godzin.

Zaczyna działać już po 30 min<sup>1</sup>

**2x**



### Migrena

Zalecana dawka jednorazowa to 2 tabletki. W razie konieczności można przyjąć kolejne 2 tabletki po upływie 4-6 godzin.

Migromin; 1 tabletkę powlekaną zawiera 250 mg kwasu acetylosalicylowego, 250 mg paracetamolu i 65 mg kofeiny. Wskazania: dorażne leczenie bólu głowy oraz napadów migreny (objawów takich jak: ból głowy, nudności, nadwrażliwość na światło i dźwięk oraz zaburzenia codziennego funkcjonowania) z aurą lub bez aury.

<sup>1</sup> ChPL Migromin 10/2023

# Dzienniczek migreny

Monitoruj swoje migreny, zidentyfikuj wyzwalacze i odzyskaj kontrolę nad bólem.

Powodzenia!

## Dane

imię \_\_\_\_\_

nazwisko \_\_\_\_\_

tel. kontaktowy \_\_\_\_\_

## DZIENNICZEK MIGRENY

Data	Godzina rozpoczęcia	Czas trwania	Intensywność bólu /1-10/

UWAGI

.....  
.....  
.....  
.....

Towarzyszące objawy	Przyjęte leki	Komentarz

#### Potencjalne wyzwalacze

stres

brak snu lub zmiana rytmu dobowego

spożyte jedzenie lub napoje

(np. czekolada, alkohol, kawa)

zmiana pogody

silne zapachy

hałas

inne

## DZIENNICZEK MIGRENY

Data	Godzina rozpoczęcia	Czas trwania	Intensywność bólu /1-10/

UWAGI

.....

.....

.....

.....

Towarzyszące objawy	Przyjęte leki	Komentarz

## Potencjalne wyzwalacze

stres

brak snu lub zmiana rytmu dobowego

spożyte jedzenie lub napoje

(np. czekolada, alkohol, kawa)

zmiana pogody

silne zapachy

hałas

inne

## DZIENNICZEK MIGRENY

Data	Godzina rozpoczęcia	Czas trwania	Intensywność bólu /1-10/

UWAGI

.....

.....

.....

.....



Towarzyszące objawy	Przyjęte leki	Komentarz

Potencjalne wyzwalacze

- stres
- brak snu lub zmiana rytmu dobowego
- spożyte jedzenie lub napoje  
(np. czekolada, alkohol, kawa)

- zmiana pogody
- silne zapachy
- hałas
- inne



# Migromin



Migrena to **przewlekła choroba**, charakteryzująca się specyficznym, intensywnym bólem **głowy**, nasilającym się podczas aktywności fizycznej, często pulsującym i jednostronnym. Objawy towarzyszące to nudności, wymioty oraz nadwrażliwość na światło i dźwięki. Występuje **w formie napadów**, które trwają od **4 do 72 godzin**<sup>1</sup>.

Na migrenę cierpi około

**14,4%**

ludzi, co daje w Polsce  
**5,3 miliona osób.**

Występuje nawet 4 razy częściej u kobiet<sup>2</sup>.

## Wyróżnia się 2 rodzaje migreny:

■ **migrena bez aury**,

■ **migrena z aurą**

nawracający ból głowy, o charakterze jednostronnym i pulsującym poprzedzony jest atakiem aury, czyli neurologicznych zaburzeń widzenia i czucia (wrażenie błysków świetlnych, mroczków, drganie obrazu)<sup>2</sup>.

Część osób cierpiących na migrenę nie ma świadomości tego, że jest to właśnie migrena. Doświadczają silnego bólu, jednak nigdy nie zostali prawidłowo zdiagnozowani.

<sup>1</sup> ChPL Migromin 10/2023

<sup>2</sup> Stępień A, Kozubski W, Roźniecki J, Domitrz I. Rozpoznawanie i leczenie migreny 2024 aktualizacja rekomendacji – opracowanie Grupy Ekspertów Sekcji Bólu Głowy Polskiego Towarzystwa Neurologicznego i Polskiego Towarzystwa Badania Bólu. Ból, tom 25, nr 1, 2024.

# Migromin

**Nowość**



[www.migromin.pl](http://www.migromin.pl)

To jest lek. Dla bezpieczeństwa stosuj go zgodnie z ulotką dołączoną do opakowania. Nie przekraczaj maksymalnej dawki leku. W przypadku wątpliwości skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą.