

'n Toevaldagboek help jou en jou dokter om vordering te monitor

Epilepsy Namibia : Toevaldagboek .						
Naam:			Maand :			
Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrydag	Saterdag	Sondag

Die antwoorde sal jou help jou toevalle te beskryf. Vra iemand naby om jou te help. 1. Datum en tyd van die toeval 2. Waar was jy en wat was jy besig om te doen? 3. Was daar iemand wat dit gesien het? 4. Hoe het jy voor die tyd gevoel bv. moeg, siek, warm, benoud? 5. Was daar enige simptome soos bv. naar, duiselig, borspyn? 6. Het jy alkohol, medisyne of verdowingsmiddels van enige soort gebruik? 7. Wat het voor, gedurende en na die toeval gebeur? Hoe lank was elke stadium?	8. Watter dele van die liggaam is geraak en hoe? 9. Het jy gedeeltelik of totaal bewussyn verloor? 10. Was daar enige liggaamsverandering soos sweet of kleurverandering? 11. Het jy opgegooi of seergekry? 12. Wat kan jy van die toeval onthou? 13. Hoe lank het dit gevat voordat jy heeltemal by was? 14. Was dit amper tyd om jou medisyne te drink of het jy vergeet?
--	---

Epilepsy Namibia (wo292)
 Posbus 11822, Klein Windhoek
 Cell: 081 3226834
 email: namep@epilepsynamibia.org