

# 治療日記のすすめ

平成 28 年 2 月号

緩和ケアチーム 薬剤師  
玉一 久美



現在、医療用麻薬を使用している患者さんには、治療日記を書いていただくようにお話ししています。その一部をご紹介します。

定時の痛み止めの内服時間を記録  
(内服した時間に印を付けて記録)

→

追加の痛み止めの内服時間を記録  
(内服した時間に印を付けて記録)

→

痛みの程度を10段階で評価して記録  
(0:全く痛まない、10:最悪の痛み)

→

痛みのパターンを記録  
(一日中痛いのか、時々痛いのか)

→

その他の症状を記録

- 睡眠→ 痛みの治療の第一目標は、夜間、眠れるようになること
- 吐き気→ 痛み止めによる吐き気がみられることがあります。  
痛み止めを中止する前に、ご相談下さい。
- 便秘→ 痛み止めにより便秘になることがあります。  
下剤を上手く使ってコントロールしましょう。

→

	月 日 (曜日)	月 日 (曜日)	月 日 (曜日)
記録で出されている薬を飲んだ時間			
痛みが出たために薬を飲んだ時間			
痛みの程度	最大	0 2 4 6 8 10	0 2 4 6 8 10
	最小	0 2 4 6 8 10	0 2 4 6 8 10
痛みのパターン	<input type="checkbox"/> 1日中痛い	<input type="checkbox"/> 1日中痛い	<input type="checkbox"/> 1日中痛い
	<input type="checkbox"/> 時々痛い	<input type="checkbox"/> 時々痛い	<input type="checkbox"/> 時々痛い
悪 寒	<input type="checkbox"/> 多くなりました	<input type="checkbox"/> よく減りました	<input type="checkbox"/> よく減りました
	<input type="checkbox"/> 減りませんでした	<input type="checkbox"/> 減りませんでした	<input type="checkbox"/> 減りませんでした
吐き気	<input type="checkbox"/> あり	<input type="checkbox"/> あり	<input type="checkbox"/> あり
	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> なし
便 秘	<input type="checkbox"/> あり	<input type="checkbox"/> あり	<input type="checkbox"/> あり
	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> なし
現在の痛みの状態 副作用の状況 次の改善目標など			

今回ご紹介した日記以外にも、使用している薬に対応した、記録用の日記があります。薬によって異なりますので、受診されている外来にてお尋ね下さい。

追加の痛み止めを使用したかどうかを伝えることは、必要な量の痛み止めが使用できているかを知るためにもとても大切なことです。また、限られた外来の時間で、主治医に現在の状態を伝えるためにも、記録をとっておくことは有効です。治療日記の記録、外来への持参をお願いします。

また、痛み止め以外にも一部の抗がん剤には、治療中の患者さん用の日記があり、副作用について記録できるものもあります。

がんに関する相談等がありましたら、以下の相談窓口までご相談ください。

場所	地域医療福祉連携室（1階：総合受付・会計の向かい側）
相談時間	月曜日～金曜日（祝日を除く）8：30～17：00
相談方法	窓口にお越しください。電話：0837-22-2518 Email:rennkei@nagato-hp.jp
担当者	看護師（宮本・松野）社会福祉士（田村）

