

痛みの経過シート



月/日	頓用薬（レスキュー）		吐き気	眠 気	排 便	睡 眠
	使った時間	使用前後の痛みの変化と効果				
	AM	前 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	なし	なし	なし	よく眠れる
	PM	後 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	あり	ある (不快ではない)	硬い ふつう 軟らかい	時々起きるが だいたい眠れる 眠れない
		◎ 完全によくなった △ 少しよくなった ○ まあよくなった × 変わらない				
	AM	前 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	なし	なし	なし	よく眠れる
	PM	後 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	あり	ある (不快ではない)	硬い ふつう 軟らかい	時々起きるが だいたい眠れる 眠れない
		◎ 完全によくなった △ 少しよくなった ○ まあよくなった × 変わらない				
	AM	前 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	なし	なし	なし	よく眠れる
	PM	後 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	あり	ある (不快ではない)	硬い ふつう 軟らかい	時々起きるが だいたい眠れる 眠れない
		◎ 完全によくなった △ 少しよくなった ○ まあよくなった × 変わらない				
	AM	前 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	なし	なし	なし	よく眠れる
	PM	後 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	あり	ある (不快ではない)	硬い ふつう 軟らかい	時々起きるが だいたい眠れる 眠れない
		◎ 完全によくなった △ 少しよくなった ○ まあよくなった × 変わらない				
	AM	前 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	なし	なし	なし	よく眠れる
	PM	後 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	あり	ある (不快ではない)	硬い ふつう 軟らかい	時々起きるが だいたい眠れる 眠れない
		◎ 完全によくなった △ 少しよくなった ○ まあよくなった × 変わらない				

〈痛みのつよさの伝え方〉



〈痛みのパターン〉 1日を通して症状の変化はどのパターンに近いですか？

