

❖ 治療手帳

## ❖ はじめに

抗がん薬の治療中に起こりうる体調変化や副作用を把握しておくことはとても重要です。この『治療手帳』は、抗がん薬の治療を受ける患者さんが、日々の体調や副作用などを記録するためのものです。治療中、気になったことをこの『治療手帳』に記入し、体調管理にお役立てください。

また、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士などの医療スタッフが連携して患者さんをサポートするために、この『治療手帳』を使用しますので、病院や薬局へお持ちいただき、ご提示ください。

**この治療手帳は、  
診察時・化療センターでの治療時・  
薬局来局時に毎回提出してください。**

## ❖ ご本人連絡先

氏名	
生年月日	年 月 日
住所	
電話番号	

## ❖ 緊急連絡先

診療科	連絡先
救急外来 : Tel. 022-717-7024	

## ❖ かかりつけ医

病院名	
担当医	
電話番号	

## ❖ かかりつけ薬局

薬局名	
担当者	
電話番号	

# ❖ わたしの治療の歴史

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

❖ わたしの治療の歴史 ❖

❖ わたしの治療の歴史 ❖

# ❖ わたしの治療の歴史

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

薬剤名 \ 投与日								

❖ わたしの治療の歴史 ❖

❖ わたしの治療の歴史 ❖

# ❖ わたしの治療の歴史

薬剤名	投与日								

薬剤名	投与日								

薬剤名	投与日								

薬剤名	投与日								

薬剤名	投与日								

薬剤名	投与日								

薬剤名	投与日								

薬剤名	投与日								

❖ わたしの治療の歴史 ❖

❖ わたしの治療の歴史 ❖

# ❖ 体調管理表

## 記入例

日付		( 2022 年)	10 / 14	10 / 15	10 / 16	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)			◎						
体温(℃)			36.5℃	36.4℃	36.2℃	℃	℃	℃	℃
血圧			126 / 98	120 / 80	121 / 82	/	/	/	/
体重(kg)			58 kg	60 kg	60 kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)			100%	50%	60%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる								
	食事量が減った			○	○				
	ほとんど食事できない								
嘔吐	回数		回	回	回	回	回	回	回
□内炎	赤みがある			○					
	痛いけど食べられる								
	痛くて食べられない								
下痢(水様便)の回数			回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある			○	○				
	排便がなく普段の生活が困難								
だるさ	だるいが日常生活はできる								
	だるくてあまり動けない								
	ほとんど横になっている								
しびれ	いつもの感覚と違う				○				
	しびれがあるが日常生活はできる								
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)								
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み / 腫れ 5. 亀裂 / ひび割れ 6. 爪周囲の痛み / 腫れ			1, 2	1				
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない) ~ 10(最悪の痛み)		2 / 10	2 / 10	1 / 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)			時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前 <b>ナルラピド錠 1mg</b>		1	11:00	13:00	:	:	:	:	:
		2	13:15	:	:	:	:	:	:
1回量 <b>1錠</b>		3	:	:	:	:	:	:	:
		4	:	:	:	:	:	:	:

症状がなければ○をつけなくても構いません。

オレンジの枠内への○が続く場合は医療機関にご相談ください。

- 週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。
- むくみ・腫れ
  - 喉がとても渇く
  - カが入りにくい
  - いずれにも当てはまらない
  - ものが見えづらい
  - 息苦しさを感ずる
  - 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

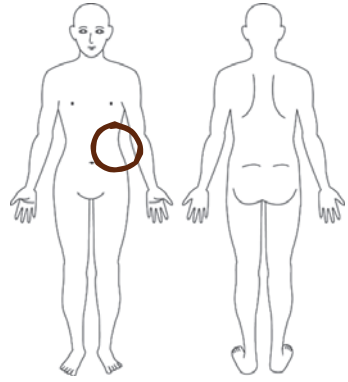
10/14 吐き気止めを飲んでも気持ち悪かった。吐いたらすっきりした。

便が出ないので酸化マグネシウムを飲んだ。

便が固い場合は、酸化マグネシウムを調節しながら飲みましょう。(10/14 ○○薬局 ○○)

医師・看護師・薬剤師・**管理栄養士**に相談したいこと

においがつらく食欲がわかない時はどうしたらいいか?



皮膚症状や痛みなど体の部位で気になる所があればマークしてみましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

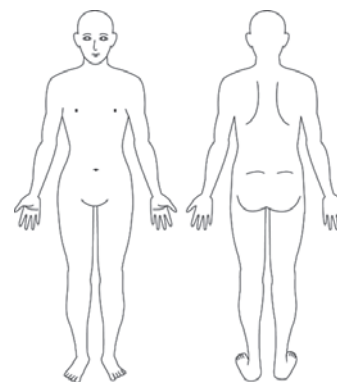


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付		( 年)	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---

---

---

---

---

---

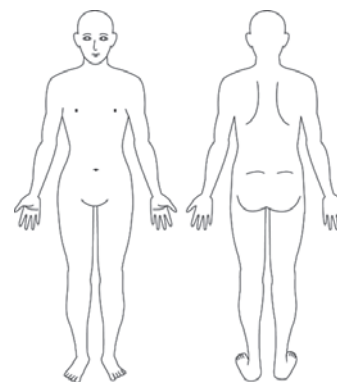
---

---

---

---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

❖ 体調管理表 ❖

❖ 体調管理表 ❖



# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み / 腫れ 5. 亀裂 / ひび割れ 6. 爪周囲の痛み / 腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない) ~ 10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

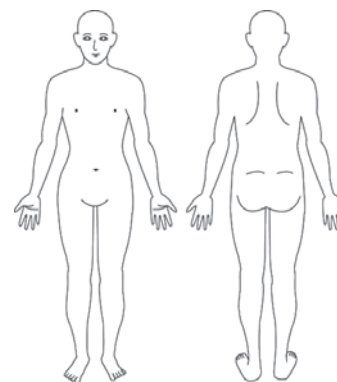


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

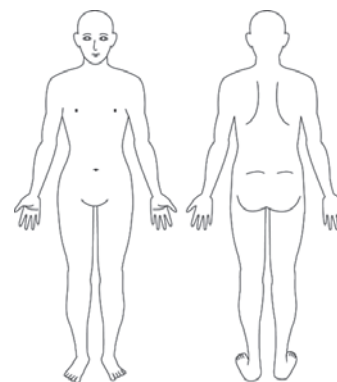


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

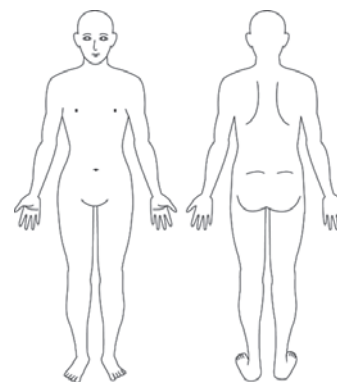


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

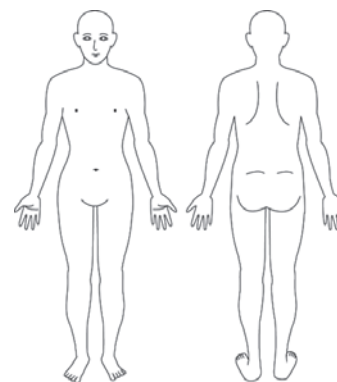


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士に相談したいこと



皮膚症状や痛みなど体の部位で気になる所があればマークしてみよう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

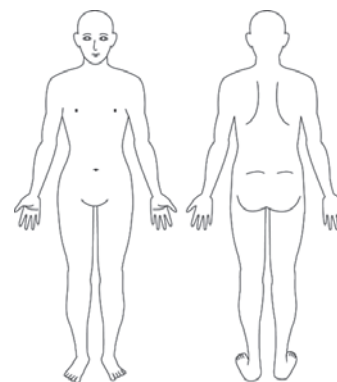


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

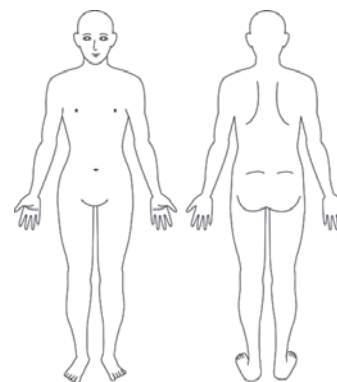


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

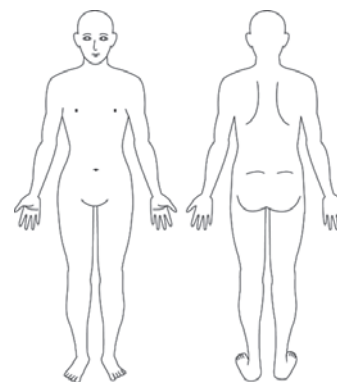


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう



# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

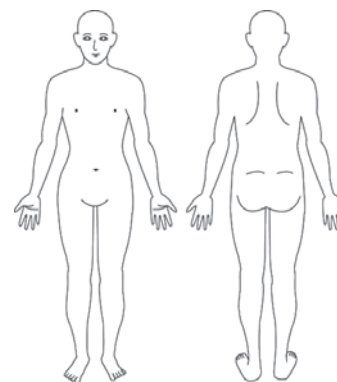


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう



# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

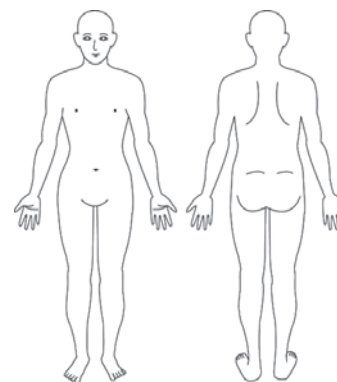


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

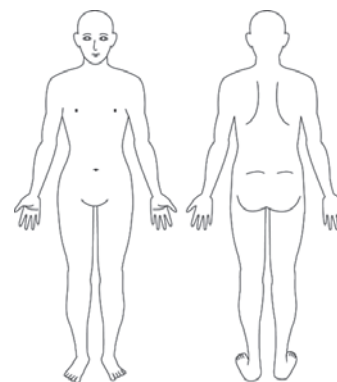


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---

---

---

---

---

---

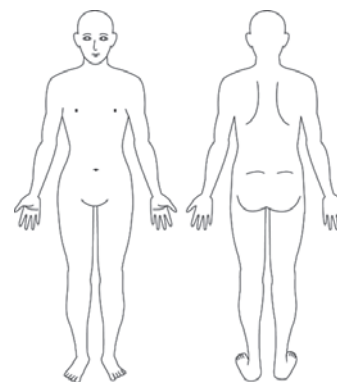
---

---

---

---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付		( 年)	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---

---

---

---

---

---

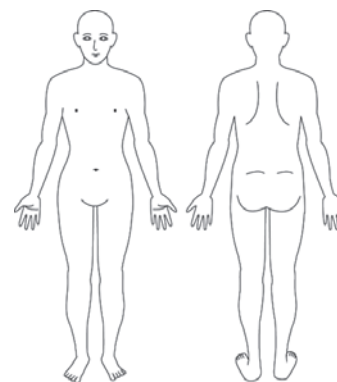
---

---

---

---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

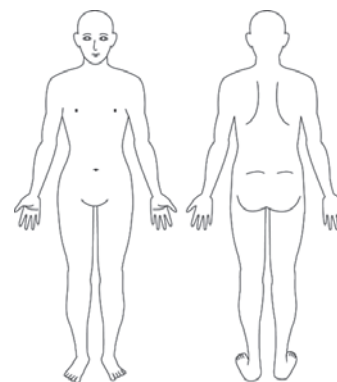


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み / 腫れ 5. 亀裂 / ひび割れ 6. 爪周囲の痛み / 腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない) ~ 10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---

---

---

---

---

---

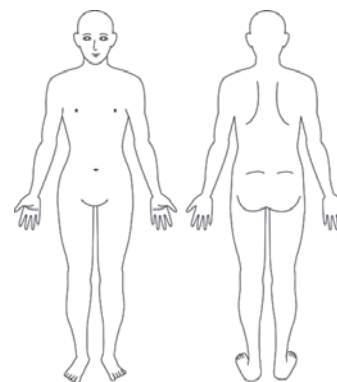
---

---

---

---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---

---

---

---

---

---

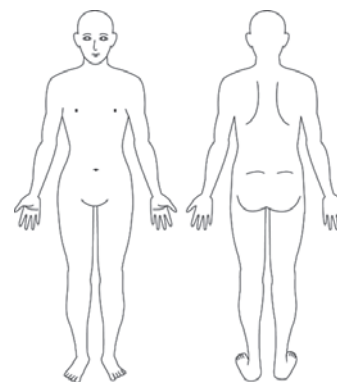
---

---

---

---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう



# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

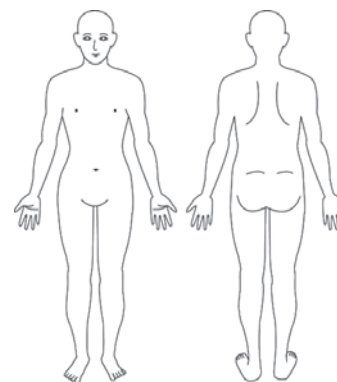


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう



# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

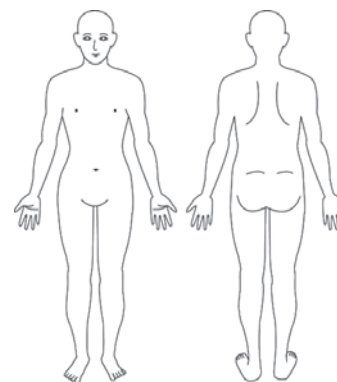


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付		( 年)	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---

---

---

---

---

---

---

---

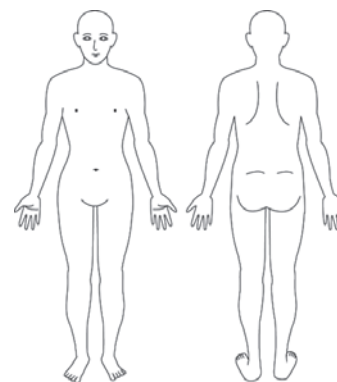
---

---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士に相談したいこと

---

---



皮膚症状や痛みなど体の部位で気になる所があればマークしてみよう

# ❖ 体調管理表

日付		( 年)	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

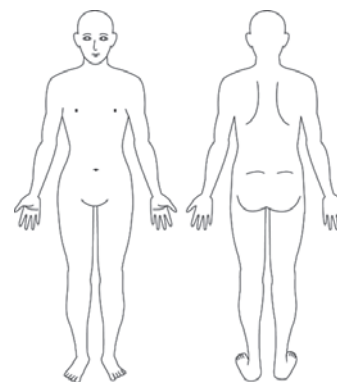


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士に相談したいこと



皮膚症状や痛みなど体の部位で気になる所があればマークしてみよう

# ❖ 体調管理表

日付		( 年)	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

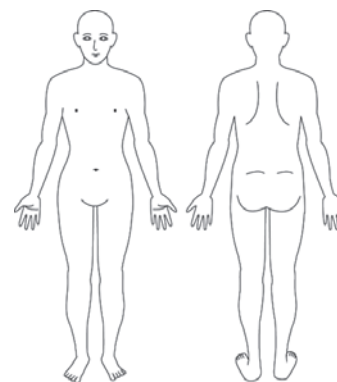


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---

---

---

---

---

---

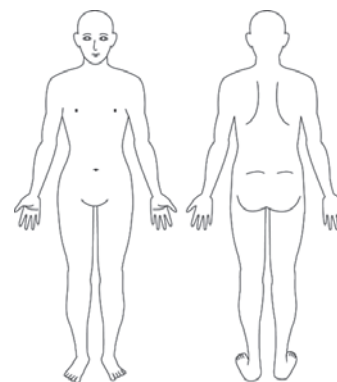
---

---

---

---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付		( 年)	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

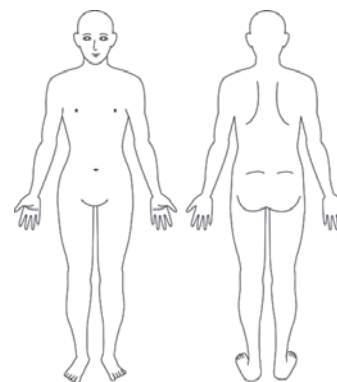


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう

# ❖ 体調管理表

日付		( 年)	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	
□内炎	赤みがある							
	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
下痢(水様便)の回数		回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

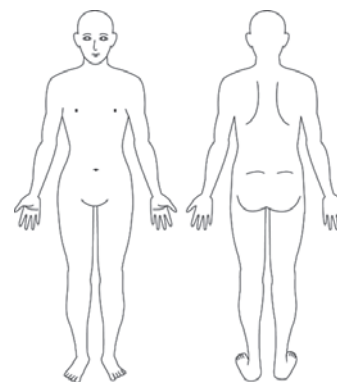


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう



# ❖ 体調管理表

日付	( 年 )	/	/	/	/	/	/	/
抗がん薬(点滴◎、内服○)								
体温(℃)		℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃
血圧		/	/	/	/	/	/	/
体重(kg)		kg	kg	kg	kg	kg	kg	kg
食事量(0~100%)		%	%	%	%	%	%	%
吐き気	吐き気はあるが食べられる							
	食事量が減った							
	ほとんど食事できない							
嘔吐	回数	回	回	回	回	回	回	回
	赤みがある							
□内炎	痛いけど食べられる							
	痛くて食べられない							
	下痢(水様便)の回数	回	回	回	回	回	回	回
便秘	薬を使用すれば排便がある							
	排便がなく普段の生活が困難							
だるさ	だるいが日常生活はできる							
	だるくてあまり動けない							
	ほとんど横になっている							
しびれ	いつもの感覚と違う							
	しびれがあるが日常生活はできる							
	日常生活ができない (箸が使えない・ボタンが留められない)							
皮膚症状	1. かゆみ 2. 発疹 3. 痛み 4. 赤み/腫れ 5. 亀裂/ひび割れ 6. 爪周囲の痛み/腫れ							
痛み	1日を通しての痛み 0(痛くない)~10(最悪の痛み)	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10	/ 10
急に痛みが出た時に使用する薬(とんぷく薬)		時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻	時刻
お薬の名前	1	:	:	:	:	:	:	:
	2	:	:	:	:	:	:	:
1回量	3	:	:	:	:	:	:	:
	4	:	:	:	:	:	:	:

週に1回下記症状について確認し、当てはまるものがあれば☑を付けてください。

- むくみ・腫れ
- 喉がとても渇く
- カが入りにくい
- いずれにも当てはまらない
- ものが見えづらい
- 息苦しさを感ずる
- 筋肉痛が続いている

メモ・連絡帳(自分・医療従事者)

---



---



---



---



---



---

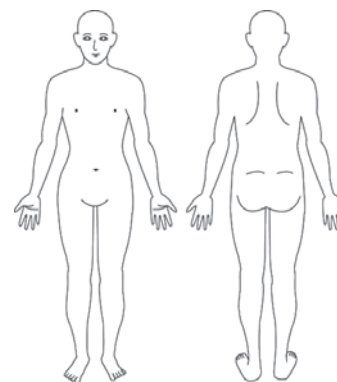


---



---

医師・看護師・薬剤師・管理栄養士  
に相談したいこと



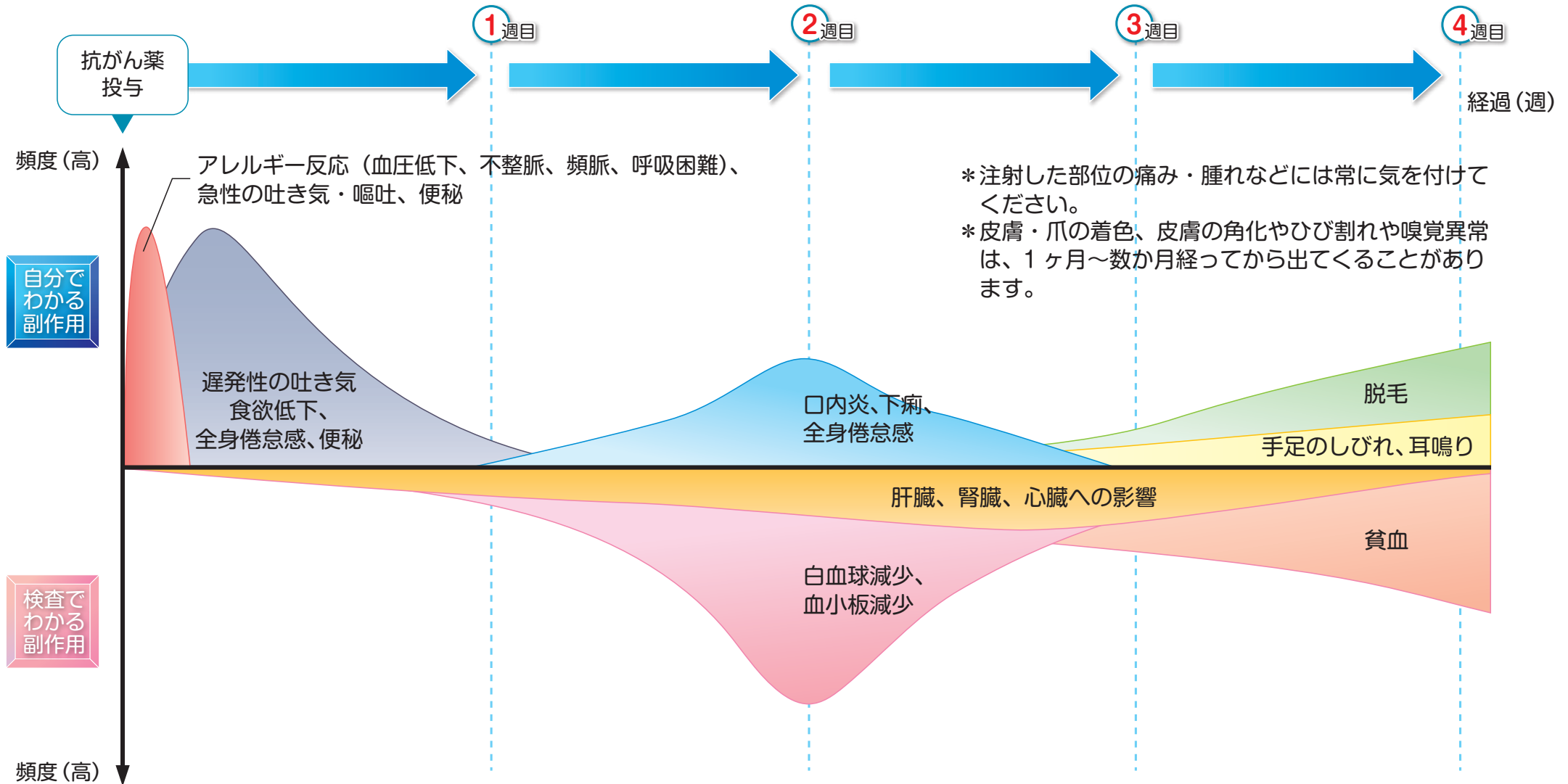
皮膚症状や痛み  
など体の部位で  
気になる所があ  
ればマークして  
みましょう



## 化学療法の副作用の発現時期の目安

副作用の起こりやすい時期は、症状によって異なります。下の図は、代表的な副作用が発現しやすい時期の目安を示していますので、参考にしてください。

これらあくまで一例であり、その発現頻度、時期、程度には個人差があります。



# 免疫チェックポイント阻害薬の副作用

## すぐに病院に連絡が必要な症状

### 間質性肺炎

- 息苦しい
- 乾いた咳が止まらない
- 発熱

### 大腸炎・下痢

- 腹痛
- 下痢が続く
- 便に血が混じる

### 重症筋無力症・筋炎

- 手足に力が入らない
- まぶたが下がる
- ものが二重に見える
- 筋肉痛がある

### 1型糖尿病

- のどがひどく渴く
- 水を多く飲む
- 尿の量が増える

### 心筋炎

- 息苦しい
- むくみ・体重増加がある
- 動悸がする

## 次回受診時に医師への報告が必要な症状

### 内分泌障害

- 体がだるい
- 体重の増減
- 行動の変化（物忘れ、イライラする、など）

### 静脈血栓塞栓症

- むくみや腫れがある
- 胸の痛みがある

### 皮膚障害

- 発疹がある
- かゆみがある

### 神経障害

- 手足のしびれがある
- 力の入りにくさを感じる

### ぶどう膜炎

- 目が見えにくい
- かすみがかかったように見える
- 虫が飛んでいるように見える

## 次のような症状がある場合は病院に連絡してください

- 38℃以上の熱が下がらない場合
- 2～3日間、食事や睡眠がとれなかったり、食べてもすぐに吐いてしまうような場合
- 1日4～5回以上の下痢、下痢止めを服用しても効かない場合
- 黒色便が出た場合
- 尿の回数、量が普段と比べて極端に少ない場合
- 胸が痛かったり、締め付けられるような感じがする場合
- 今まで経験したことがないような腹痛がある場合
- がまんできない頭痛や、気分が悪い、吐き気がする場合
- 出血が10～15分たっても止まらない場合
- ろれつが回らない、体の片側に力が入らない・痺れる場合
- 息苦しさや意識がもうろうとする場合
- 点滴注射部周囲の皮膚に、痛み、腫れ、発赤、水泡などが出た場合
- 皮膚や白目が黄色い場合

2022年7月 改訂  
東北大学病院

