

病状を具体的に伝える表現

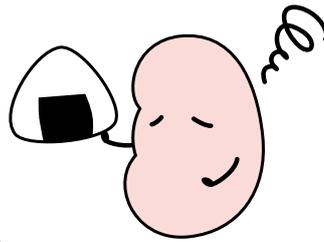
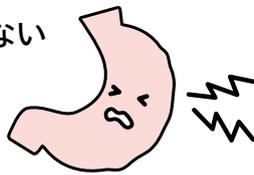
病状への感性は人それぞれ、言い表すことが難しいですね。
以下の表現例を参考に、医療者に伝えてみてください。

病状の伝え方の基本、①～⑥を時系列で話す

①主な病状	②部位	③強さ	④いつ・どうして	⑤変化	⑥経過
一番困っている病状は何か	正確な部位 (体の場所)	症状の強さや状態	いつ症状が出たのか、きっかけは何か	どんなときに悪くなる？ 良くなる？	どんな経過をたどっているか
例：頭痛	頭全体が	強く締め付けられているような	1週間くらい前から、突然起こる	天気が悪いと悪くなる、歩くと良くなる	痛みの強さが増している、回数が増えている

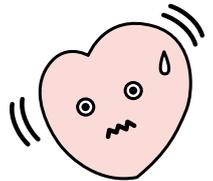
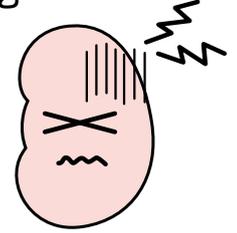
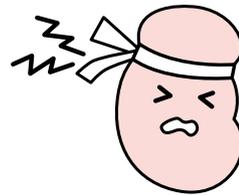
食欲不振

- 食事が面倒であり摂らなくなってしまった
- 味が変わって食事がおいしくない
- すぐ満腹になってしまう
- 体調がすぐれない、胃が痛いなどで食べる気にならない



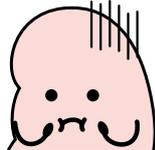
頭痛

- ガンガン、ズキズキ痛む
- 頭を締め付けられているような感じがする
- 後頭部から首筋にかけて痛む
- 目の奥から痛む



吐き気・嘔吐

- 胸の辺りがムカムカする
- 食べ物を口にいと吐きそうになる
- 食後に吐き気が出る
- ○○○の匂いで吐きそうになる
- 常に吐き気がある
- 黒っぽい吐物がある



息切れ

- 早足で歩いた場合に息切れがある
- 平坦な道で息切れのため立ち止まることがある
- 平坦な道を数分歩くと息切れのため立ち止まる
- 息切れがひどくて外出できない
- 着替えるときに息切れする

動悸

- 動いていないにもかかわらず急にドキドキする
- 脈が飛ぶ感じがする
- 突然ドキドキして短時間意識を失う

監修

大武 陽一 たけお内科クリニック からだと心の診療所 院長



みんなで作ろう、これからの医療

with Kidney プロジェクト

<https://www.jinlab.jp/withkidney/>

患者と医療者がつくった腎臓病とのつきあい方ガイド



運営

一般社団法人ピーベック



<https://ppecc.jp/>



制作

腎臓病情報サイト「じんラボ」

じんラボ

腎臓病に関わる人の幸せのための

<https://jinlab.jp/>



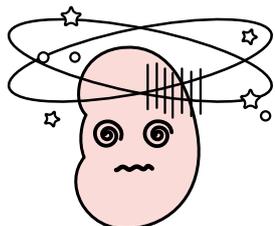
病状を具体的に伝える表現

めまい

まず伝えること

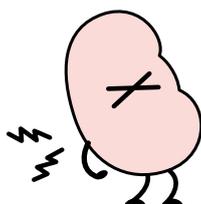
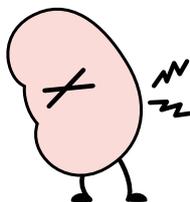
- ① 突然起きるかどうか
- ② もともと難聴があるかどうか

- 立ち上がった瞬間に
- 横になったときに
- 上を向いたりしたときに
- 長く立っていると
- グルグルする
- フラフラする
- フワフワする



腰痛

- しばらく座っていると痛くなる
- 一定の距離を歩くと痛くなる
- 寝ていると痛くなる
- 何度も腰痛になる、くせになっている
- 腰痛と同時に熱が出る
- 痛みで腰を後ろに反らすことができない
- 重いものを持ったあと腰痛になり、○○○(具体的な期間)経過したのに治らない

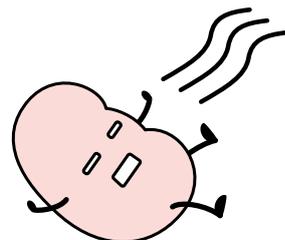
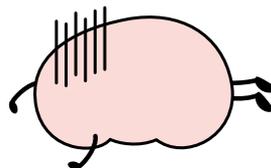
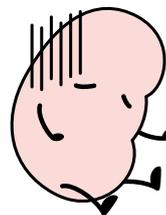


胸痛

- 胸部に不快感がある
- 締め付けられるような感じ
- 圧迫感がある
- 冷や汗を伴う痛み
- 引き裂かれるような激しい痛み
- チクチクと針で刺されたような鋭い痛み

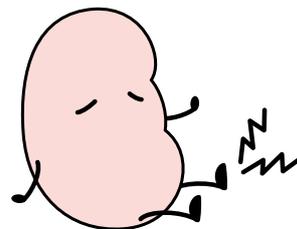
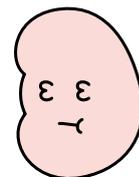
だるさ

- 何もしていないのに疲れている
- 少し活動するとすぐに疲れる
- やる気が出ない
- 何もできない程に疲れている
- 起き上がれない



むくみ

- 朝、起きたら顔やまぶたがむくんでいる
- 夕方に足がむくむ
- 常にはれぼったいと感じる



しびれ

- 手足が正座をした後のようにビリビリ、ジンジンしている
- 体の一部の感覚が鈍くなっている
- 手足にうまく力が入らない
- 軽く体を動かすと軽減する



監修

大武 陽一 たけお内科クリニック からだと心の診療所 院長