

- 一週間の「日付」をまず記入してください。
- 「天気」は、晴・曇・雨などと記入してください。
- 「発作の状態」は、つぎの基準で朝・昼・夜にあてはまるものに○印をつけてください。

大発作：呼吸困難のため、とても苦しくて動けず、会話も困難。

中発作：呼吸困難のため苦しいが、まだ動ける

小発作：呼吸困難を感じるが、苦しいということはなく、日常の生活に大きな支障はない。

ゼイゼイ：のどが“ゼイゼイヒューヒュー”と鳴っているが、ヒューヒュー呼吸が苦しいという感じはほとんどなく、普通の生活ができる。

- 「自覚症状」「生活の状況」は、あてはまる項目に○をつけてください。
- 「治療の状況は」は、お薬、例えば吸入器が担当医の先生の指示通りに吸入できたかを○印をつけて確認しましょう。そのほかのお薬についても、服用したかどうか○印をつけてください。お薬の名前がわかる場合は書き込んでください。
- 「ピークフロー値」は、指示されたピークフローメータを使って毎朝・夜の2回、できるだけ同じ時刻に測定し、そのときの時刻と実測値を記入してください。またグラフ上には●印を記入して折線グラフにし、傾向が見えるようにしましょう。**なお、目盛の数値は先生の指示に従って記入してください。**
- 「今週の総合評価」は、毎週土曜日に一週間の状況を振りかえって、あてはまるものに○印をつけてください。
- 「通信欄」は体調や治療の状況などを先生に伝えたいことや、質問などがあれば何でも記入してください。
- わからないところがあれば、先生か看護師さんにお聞き下さい。

月/日・曜日・天気		9/1	日	晴	9/2	月	曇		
ピークフロー値 (ℓ/min)	600								
	500								
	400								
	300								
測定時刻	朝：7時	夜：6時	朝：7時	夜：6時					
測定値	250	360	260	400					
1日の区分		朝	昼	夜	朝	昼	夜		
発作の状態	大発作								
	中発作								
	小発作	○							
	ゼイゼイ・ヒューヒュー				○				
	胸苦しい		○						
自覚症状	症状なし			○		○	○		
	息切れ	○					○		
	せき・たん	○		○	○				
	風邪の症状		○						
生活の状況	鼻水・鼻づまり				○				
	日常生活	困難	不自由	支障なし	困難	不自由	支障なし		
	夜間睡眠	か寝つたな	起数回きた	寝れた	か寝つたな	起数回きた	寝れな		
1日の区分		朝	昼	夕	夜	朝	昼	夕	夜
治療の状況	吸入：インターール	○				○			
	内服：								

今週の総合評価	
<input type="checkbox"/>	大変よくなった
<input type="radio"/>	よくなった
<input type="checkbox"/>	少しよくなった
<input type="checkbox"/>	変わらない
<input type="checkbox"/>	悪くなった

通信欄	
患者さんから 担当医へ：	朝、発作が出ていた ので、昼までねていた。 吸入はこのままでよい のでしょうか。
担当医から 患者さんへ：	