

自己管理用紙の記入方法

- ① 起床後に排尿を済ませる
- ② 排尿後体重測定・血圧と脈拍測定
- ③ 日中に自覚症状の有・無をチェックして点数をつけましょう

月/日		4/1	4/2	4/3	4/4	4/5		
体重(kg)		50.1	50.8	51.9	54.6	56.8		
P19の★予定外受診 の体重になったら3点		3点 0点	3点 0点	3点 0点	3点 0点	3点 0点	3点 0点	3点 0点
血圧	朝	118/58	110/54	122/62	146/78	158/84	/	/
	夕	119/60	120/62	130/64	152/81	/	/	/
脈拍 120以上で4点	朝	78	76	82	96	125		
	夕	78	78	84	98			
安静時の息切れ・息苦しさ		有 無	有 無	有 無	有 無	有 無		
自覚症状の悪化		有 無	有 無	有 無	有 無	有 無		
日常生活で息切れ	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無		
むくみがひどくなる	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無		
せき	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無		
食欲低下	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無		
※有4つでも1点		1点 0点	1点 0点	1点 0点	1点 0点	1点 0点		
合計点		1	1	1	4	13		
備考欄				飲み会あり	体重が増えたが苦しくない			

体重・脈拍・
息切れ・自
覚症状で合
計13点。
すぐに病院
救急外来受
診。

自覚症状はいく
つあっても1点。

体重と自覚症状で合計4点。
当日か翌日に外来受診。