

お名前

記入期間

年 月 日 ~ 年 月 日

医療機関名

沢井製薬株式会社

より良い治療と生活のための

パーキンソン病
症状確認
BOOK

監修

川崎医科大学 神経内科学 主任教授

三原 雅史 先生

症状確認BOOKの 構成と使い方

症状記録ノート 7日分(4~17ページ)

記入方法

診察前の1週間程度の間、体調を記録するページです。

記入した日にちを書いてください。

睡眠時間(ベッドにいた時間)に線を引き、食事時間に○をつけてください。

お薬を飲んだ時間に○をつけてください。

症状記録ノート

記入日: 2024年2月26日

2ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

- パーキンソン病の日々の症状の変化を記録するノートです。
- 体調の変化を確認し、主治医の先生や生活のサポートをしてくれる方々と共有しましょう。

あてはまる時間や時間帯に「○」「×」や横線「—」などで表内に記入してください。

	午前												午後											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
■睡眠・食事																								
■お薬の服用(時間)																								
■ジスキネジアがある																								
■動きやすさの程度	動きやすい																							
	動きにくい																							
	動けない																							
日課など																								

※ジスキネジアはお薬が効きすぎた時に出やすく、自分の意思とは無関係に口もとや舌、顔、手足などが動いてしまう症状のことです。手足がふるえる「振戦」とは異なります。動きにくさの程度にかかわらず、このような症状が起る時に記入してください。

先生に相談したいこと、気になる症状・困っている症状、生活上の希望など自由に記入してください。

毎週火・水は趣味の俳句の会に参加するので体調を良くしたい
朝は体が動かない

あてはまる時間帯に線や×を記入してください。

1日の中での体調の変化で気になる点や、日課などを記入してください。

特に先生に伝えたい症状や生活上の希望があれば、自由に記入してください。

パーキンソン病は、経過とともに少しずつ症状を変えていく病気です。治療においては、日々変化する症状の状態を主治医やサポートしてくれる方々と共有しながら、治療方法の調整や生活の工夫を行うことで、より良い状態を保つことができます。記入方法を参考に、本BOOKに体調の変化と日常生活での困りごとや希望を記録し、診察の際などにお役立てください。

症状チェックシート 1回分(18~19ページ)

記入方法

診察前に、直近の数週間間に感じている、さまざまな症状を確認するシートです。

記入した日にちを書いてください。

あてはまる症状に✓をつけてください。

症状チェックシート

記入日: 2024年2月26日

3ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

- パーキンソン病に関連して生じる様々な症状を確認するシートです。

お薬の服用の有無にかかわらず、最近もっとも悪い状態の際に感じた症状を「✓」点でチェックまたは記入してください。

運動症状	非運動症状
動作が遅くなった(思ったように動かない) ✓	立ちくらみがおきる。 ✓
歩くスピードが遅くなった。 ✓	トイレの回数が増えた、失禁してしまった。 ✓
じっとしている時、手足のふるえがある。 ✓	便秘がひどくなった。 ✓
体を動かしている時、手足のふるえがある。 ✓	汗がとまらない、または汗をほとんどかかなくなった。 ✓
目が覚めた時、体を動かしにくい。 ✓	手足が冷える。 ✓
着替え・ボタンかけ、靴下をはくことが思うようにできない。 ✓	
転倒することがあった。 ✓	夜寝れない。 ✓
前かがみ、腰まがりが増えた。 ✓	夜中に目が覚め、大声でせけんり起き上がりたがる。 ✓
体が横にまがる。 ✓	夜寝る時に、脚がむずむずして動かしたくなる。 ✓
首が下にさがる。 ✓	昼間の眠気がある、眠り込んでしまう。 ✓
歩くと足がすくむ。 ✓	強いこだわりがある、同じことをくりかえしてしまう。 ✓
歩くと突進したり早足になったりする。 ✓	幻覚(実際にないもの・人が見える)がある。 ✓
目が開きにくい。 ✓	集中力の低下や、もの忘れがある。 ✓
ものが二重に見える。 ✓	表情がとぼしくなった。 ✓
	無気力で、やる気が出ない。 ✓
	気分が沈みがちである。 ✓
その他気になる症状	疲労やけんたい感がつよい。 ✓
朝は体が重くない 寒いと体が固くて痛い	やせ、体重の減少がある。 ✓
	体や手足の痛み・しびれがある。 ✓
	腰痛・筋肉痛がある。 ✓
	痛みを伴うけいれんがある。 ✓
	よくよだれがたれる。 ✓
	やわらかい食事でないとうむせる。 ✓
	においや味を感じにくくなった。 ✓

その他、気になる症状があれば、自由に記入してください。

症状記録ノート

記入日： 年 月 日

あてはまる時間や時間帯に「○」「×」や横線「 」などで表内に記入してください。

2ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

- パーキンソン病の日々の症状の変化を記録するノートです。
- 体調の変化を確認し、主治医の先生や生活のサポートをしてくれる方々と共有しましょう。

午前

午後

		午前												午後											
		🌙						☀️						🌙											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
■ 睡眠・食事																									
■ お薬の服用(時間)																									
■ ジスキネジア*がある																									
■ 動きやすさの程度	動きやすい																								
	動きにくい																								
	動けない																								
(体調の変化や日課)																									
(体調の変化や日課)																									

*ジスキネジアはお薬が効きすぎた時に出やすく、自分の意思とは無関係に口もとや舌、顔、手足などが動いてしまう症状のことです。手足がふるえる「振戦」とは異なります。動きにくさの程度にかかわらず、このような症状がある時に記入してください。

先生に相談したいこと、気になる症状・困っている症状、生活上の希望など自由に記入してください。

症状記録ノート

記入日： 年 月 日

あてはまる時間や時間帯に「○」「×」や横線「 」などで表内に記入してください。

2ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

- パーキンソン病の日々の症状の変化を記録するノートです。
- 体調の変化を確認し、主治医の先生や生活のサポートをしてくれる方々と共有しましょう。

午前

午後

		午前												午後											
		🌙						☀️						🌙											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
■ 睡眠・食事																									
■ お薬の服用(時間)																									
■ ジスキネジア*がある																									
■ 動きやすさの程度	動きやすい																								
	動きにくい																								
	動けない																								
(体調の変化や日課)																									
(体調の変化や日課)																									

*ジスキネジアはお薬が効きすぎた時に出やすく、自分の意思とは無関係に口もとや舌、顔、手足などが動いてしまう症状のことです。手足がふるえる「振戦」とは異なります。動きにくさの程度にかかわらず、このような症状がある時に記入してください。

先生に相談したいこと、気になる症状・困っている症状、生活上の希望など自由に記入してください。

症状記録ノート

記入日： 年 月 日

あてはまる時間や時間帯に「○」「×」や横線「 」などで表内に記入してください。

2ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

- パーキンソン病の日々の症状の変化を記録するノートです。
- 体調の変化を確認し、主治医の先生や生活のサポートをしてくれる方々と共有しましょう。

午前

午後

		午前												午後											
		🌙						☀️						🌙											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
■ 睡眠・食事																									
■ お薬の服用（時間）																									
■ ジスキネジア*がある																									
■ 動きやすさの程度	動きやすい																								
	動きにくい																								
	動けない																								
（体調の変化や日課）																									
（体調の変化や日課）																									

*ジスキネジアはお薬が効きすぎた時に出やすく、自分の意思とは無関係に口もとや舌、顔、手足などが動いてしまう症状のことです。手足がふるえる「振戦」とは異なります。動きにくさの程度にかかわらず、このような症状がある時に記入してください。

先生に相談したいこと、気になる症状・困っている症状、生活上の希望など自由に記入してください。

症状記録ノート

記入日： 年 月 日

あてはまる時間や時間帯に「○」「×」や横線「 」などで表内に記入してください。

2ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

- パーキンソン病の日々の症状の変化を記録するノートです。
- 体調の変化を確認し、主治医の先生や生活のサポートをしてくれる方々と共有しましょう。

午前

午後

		午前												午後											
		🌙						☀️						🌙											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
■ 睡眠・食事																									
■ お薬の服用(時間)																									
■ ジスキネジア*がある																									
■ 動きやすさの程度	動きやすい																								
	動きにくい																								
	動けない																								
(体調の変化や日課)																									
(体調の変化や日課)																									

*ジスキネジアはお薬が効きすぎた時に出やすく、自分の意思とは無関係に口もとや舌、顔、手足などが動いてしまう症状のことです。手足がふるえる「振戦」とは異なります。動きにくさの程度にかかわらず、このような症状がある時に記入してください。

先生に相談したいこと、気になる症状・困っている症状、生活上の希望など自由に記入してください。

症状記録ノート

記入日： 年 月 日

あてはまる時間や時間帯に「○」「×」や横線「 」などで表内に記入してください。

2ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

- パーキンソン病の日々の症状の変化を記録するノートです。
- 体調の変化を確認し、主治医の先生や生活のサポートをしてくれる方々と共有しましょう。

午前

午後

		午前												午後											
		🌙						☀️						🌙											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
■ 睡眠・食事																									
■ お薬の服用(時間)																									
■ ジスキネジア*がある																									
■ 動きやすさの程度	動きやすい																								
	動きにくい																								
	動けない																								
(体調の変化や日課)																									
(体調の変化や日課)																									

*ジスキネジアはお薬が効きすぎた時に出やすく、自分の意思とは無関係に口もとや舌、顔、手足などが動いてしまう症状のことです。手足がふるえる「振戦」とは異なります。動きにくさの程度にかかわらず、このような症状がある時に記入してください。

先生に相談したいこと、気になる症状・困っている症状、生活上の希望など自由に記入してください。

症状記録ノート

記入日： 年 月 日

あてはまる時間や時間帯に「○」「×」や横線「 」などで表内に記入してください。

2ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

- パーキンソン病の日々の症状の変化を記録するノートです。
- 体調の変化を確認し、主治医の先生や生活のサポートをしてくれる方々と共有しましょう。

午前

午後

		午前												午後											
		🌙						☀️						🌙											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
■ 睡眠・食事																									
■ お薬の服用(時間)																									
■ ジスキネジア*がある																									
■ 動きやすさの程度	動きやすい																								
	動きにくい																								
	動けない																								
(体調の変化や日課)																									
(体調の変化や日課)																									

*ジスキネジアはお薬が効きすぎた時に出やすく、自分の意思とは無関係に口もとや舌、顔、手足などが動いてしまう症状のことです。手足がふるえる「振戦」とは異なります。動きにくさの程度にかかわらず、このような症状がある時に記入してください。

先生に相談したいこと、気になる症状・困っている症状、生活上の希望など自由に記入してください。

症状記録ノート

記入日： 年 月 日

あてはまる時間や時間帯に「○」「×」や横線「 」などで表内に記入してください。

2ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

- パーキンソン病の日々の症状の変化を記録するノートです。
- 体調の変化を確認し、主治医の先生や生活のサポートをしてくれる方々と共有しましょう。

午前

午後

		午前												午後											
		🌙						☀️						🌙											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
■ 睡眠・食事																									
■ お薬の服用(時間)																									
■ ジスキネジア*がある																									
■ 動きやすさの程度	動きやすい																								
	動きにくい																								
	動けない																								
(体調の変化や日課)																									
(体調の変化や日課)																									

*ジスキネジアはお薬が効きすぎた時に出やすく、自分の意思とは無関係に口もとや舌、顔、手足などが動いてしまう症状のことです。手足がふるえる「振戦」とは異なります。動きにくさの程度にかかわらず、このような症状がある時に記入してください。

先生に相談したいこと、気になる症状・困っている症状、生活上の希望など自由に記入してください。

症状チェックシート

記入日： 年 月 日

お薬の服用の有無にかかわらず、最近もっとも悪い状態の際に感じた症状を「✓」点でチェックまたは記入してください。

運動症状

動作が遅くなった（思ったように動かない）。	
歩くスピードが遅くなった。	
じっとしている時、手足のふるえがある。	
体を動かしている時、手足のふるえがある。	
目が覚めた時、体を動かしにくい。	
着替え・ボタンかけ、靴下をはくことが思うようにできない。	

その他の運動症状	転倒することがあった。	
	前かがみ、腰まがりがひどくなった。	
	体が横にまがる。	
	首が下にさがる。	
	歩くと足がすくむ。	
	歩くと突進したり早足になったりする。	
	目が開きにくい。	
	ものが二重に見える。	

その他気になる症状

3ページの記入例を参考に、日々の体調の状態について記入してください。

●パーキンソン病に関連して生じる様々な症状を確認するシートです。

非運動症状

自律神経症状	立ちくらみがおきる。	
	トイレの回数が増えた、失禁してしまった。	
	便秘がひどくなった。	
	汗がとまらない、または汗をほとんどかかなくなった。	
手足が冷える。		

精神・睡眠障害	夜眠れない。	
	夜中に目が覚め、大声でさけんだり起き上がったりする。	
	夜寝る時に、脚がむずむずして動かしたくなる。	
	昼間の眠気がある、眠り込んでしまう。	
	強いこだわりがある、同じことをくりかえしてしまう。	
	幻覚（実際にはないもの・人が見える）がある。	
	集中力の低下や、もの忘れがある。	
	表情がとぼしくなった。	
無気力で、やる気が出ない。		
気分が沈みがちである。		

その他の非運動症状	疲労やけんたい感がつよい。	
	やせ、体重の減少がある。	
	体や手足の痛み・しびれがある。	
	腰痛・筋肉痛がある。	
	痛みを伴うけいれんがある。	
	よくよだれがたれる。	
	やわらかい食事でないと思える。	
においや味を感じにくくなった。		