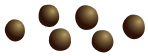
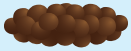
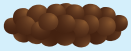
astellas

便秘症状チェックシート

監修：鳥居内科クリニック院長 鳥居 明 先生

あなたの便秘の状態をチェックしましょう。
気になる症状があれば、医師にご相談ください。

- ☺ 快調（症状がない）（生活に全く支障がない）
- 😐 普通（症状があっても、つらくはない）（生活にほとんど支障がない）
- ☹ 不調（症状が少しつらい）（生活に支障がある）
- 😣 絶不調（症状がとてもつらい）（生活にかなり支障がある）

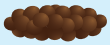
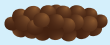
			受診日（　月　日）	次回来院日（　月　日）
症状		お腹の痛み	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		お腹の不快感	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		お腹が張って苦しい	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		排便してもすっきりしない	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		いきまないと便が出ない	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		排便時の肛門周囲の不快感	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
便秘が生活に与える支障			☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
便の形状*	1	硬くてコロコロの兎糞状の（排便困難な）便	□	□ 
	2	ソーセージ状であるがでこぼこした（塊状の）便	□ 	□ 
	3	表面にひび割れのあるソーセージ状の便	□	□
	4	表面がなめらかで柔らかいソーセージ状、あるいは蛇のようなとぐろを巻く便	□	□
	5	はっきりとした断端のある柔らかい半分固形の（容易に排便できる）便	□	□
	6	端がほぐれて、ふにゃふにゃの不定形の小片便、泥状の便	□	□
	7	水様で、固形物を含まない液体状の便	□	□
排便回数	1週間の排便回数		（　　）回/週	（　　）回/週

備考（気になることがあればご記入ください）

＊Longstreth GF, et al.: Gastroenterology. 130: 1480, 2006. より改変

記入例

受診日、次回来院日を記入してください

			受診日（4 月 1 日）	次回来院日（4 月 15日）
症状		お腹の痛み	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		お腹の不快感	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		お腹が張って苦しい	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		排便してもすっきりしない	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		いきまないと便が出ない	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
		排便時の肛門周囲の不快感	☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
便秘が生活に与える支障			☺ 😐 ☹ 😣	☺ 😐 ☹ 😣
便の形状*	1	硬くてコロコロの兎糞状の（排便困難な）便	☑	☐
	2	ソーセージ状であるがでこぼこした（塊状の）便	☐ 	☐ 
	3	表面にひび割れのあるソーセージ状の便	☐	☐
	4	表面がなめらかで柔らかいソーセージ状、あるいは蛇のようなとぐろを巻く便	☐	☐
	5	はっきりとした断端のある柔らかい半分固形の（容易に排便できる）便	☐	☐
	6	端がほぐれて、ふにゃふにゃの不定形の小片便、泥状の便	☐	☐
	7	水様で、固形物を含まない液体状の便	☐	☐
排便回数		1週間の排便回数	（ 2 ）回/週	（ ）回/週

備考（気になることがあればご記入ください）

ここ一週間のお腹の症状と、便秘が生活に与える支障について、あてはまるマークに〇をつけましょう。

- ☺ 快調（症状がない）（生活に全く支障がない）
- 😐 普通（症状があっても、つらくはない）（生活にほとんど支障がない）
- ☹ 不調（症状が少しつらい）（生活に支障がある）
- 😣 絶不調（症状がとてもつらい）（生活にかなり支障がある）

ここ一週間の排便について、便の形状に最も近いものにチェックをつけてください。複数回で形状が異なる場合は、最も頻度の高い便の形状にチェックをつけてください。

（'21年9月印刷）PI-KI

アステラス製薬株式会社

LNZ21017A01