自分らしい生活を考えるための整理シート

治療を考えるうえでは、症状や検査結果だけでなく、あなたがどのような生活を送りたいかも大切です。
このシートは、今の気持ちや気になっていることを整理し、医師や看護師に伝えやすくするためのものです。
すべての項目に記入する必要はありません。気になる項目から、無理のない範囲で記入してみましょう。

AstraZeneca

1 自分らしい生活を送るうえで大切にしたいこと

今の生活の中で、あなたが大切にしたいことにチェックしてください。

- ☐ 体調を安定させたい
- ☐ 仕事や家事を続けたい
- ☐ 趣味や外出を楽しみたい
- ☐ 家族との時間を大切にしたい
- ☐ 妊娠・出産や将来設計について
- ☐ 周囲に理解してもらいながら生活したい
- ☐ その他

_____

2 今気になっていること

病気や治療、生活の中で気になっていることにチェックしてください。

病気や治療との関係が分からないことでも構いません。

【症状】
- ☐ 咳や息苦しさがある
- ☐ 鼻の症状がある
- ☐ 手足のしびれや痛み、力の入りにくさがある
- ☐ 疲れやすさ、関節や筋肉の痛みがある
- ☐ 発疹など、皮膚の変化がある
- ☐ これまでにない症状や、症状の変化がある

【病気・治療】
- ☐ 症状の悪化や再発が不安である
- ☐ 薬の効果、副作用が心配である
- ☐ 今後の治療方針を知りたい

【気持ち・見た目】
- ☐ 体重や顔つき、肌など、見た目の変化が気になる
- ☐ 不安や気分の落ち込み、眠りにくさなどがある

【生活】
- ☐ 仕事や家事など、日常生活と治療を両立できるか不安
- ☐ 医療費や通院の負担が気になる
- ☐ 家族や職場に病気をどう伝えるか悩んでいる

【その他】

_____

3 これからの予定や生活の変化

仕事や家族のこと、旅行などこれからの予定や生活の変化について、医師に伝えておきたいことがあれば書いてみましょう。

20　年　月 _____
20　年　月 _____
20　年　月 _____
20　年　月 _____
20　年　月 _____

4 医師に相談したいこと

次回の診察で特に相談したいことや、聞いてみたいことを書いてみましょう。

_____
_____
_____
_____
_____

記入したシートは、
診察の際に医師や看護師に見せてください。

アストラゼネカ株式会社