

お名前

最終月経 月 日から始まった。

体温の記録表(微熱日記) できれば腋の下でなく、舌の下の体温を測ってください。(腋窩温、口腔温)

日付 仕事/休み 時間(時)	月 日				月 日				月 日				月 日				月 日				月 日							
	8	12	16	20	8	12	16	20	8	12	16	20	8	12	16	20	8	12	16	20	8	12	16	20	8	12	16	20
38.5																												
(1) 体温																												
38																												
37.5																												
37																												
36.5																												
36																												

(2) 倦怠感(最も強いたるさを10点として時の点数)

10																								
5																								
0																								

(3) ストレス(今、感じているストレス、緊張、不安感で、最も強いときを10点とした時の点数)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

(4) 出来事、気づいたこと、他の症状の様子など、何でも

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

体温と、そのときの体のたるさ、どれだけストレスを感じているか(数字)を記入してください。

(1) パファリンを飲んだ日2日間と、飲まない日の2日間の様子を記録してください。

パファリンを飲んだ日は、飲んだ時間を(4)に記入してください。

(2) 治療前の様子、治療の効果をするための記録です。

できれば1週間、続けて記入してもらいたいのですが、無理であれば、1週間のうちで平日(学校、仕事に行っている日)と休みの日、それぞれ1日ずつ記録してください。

(5) 現在の薬(担当医が記録します)

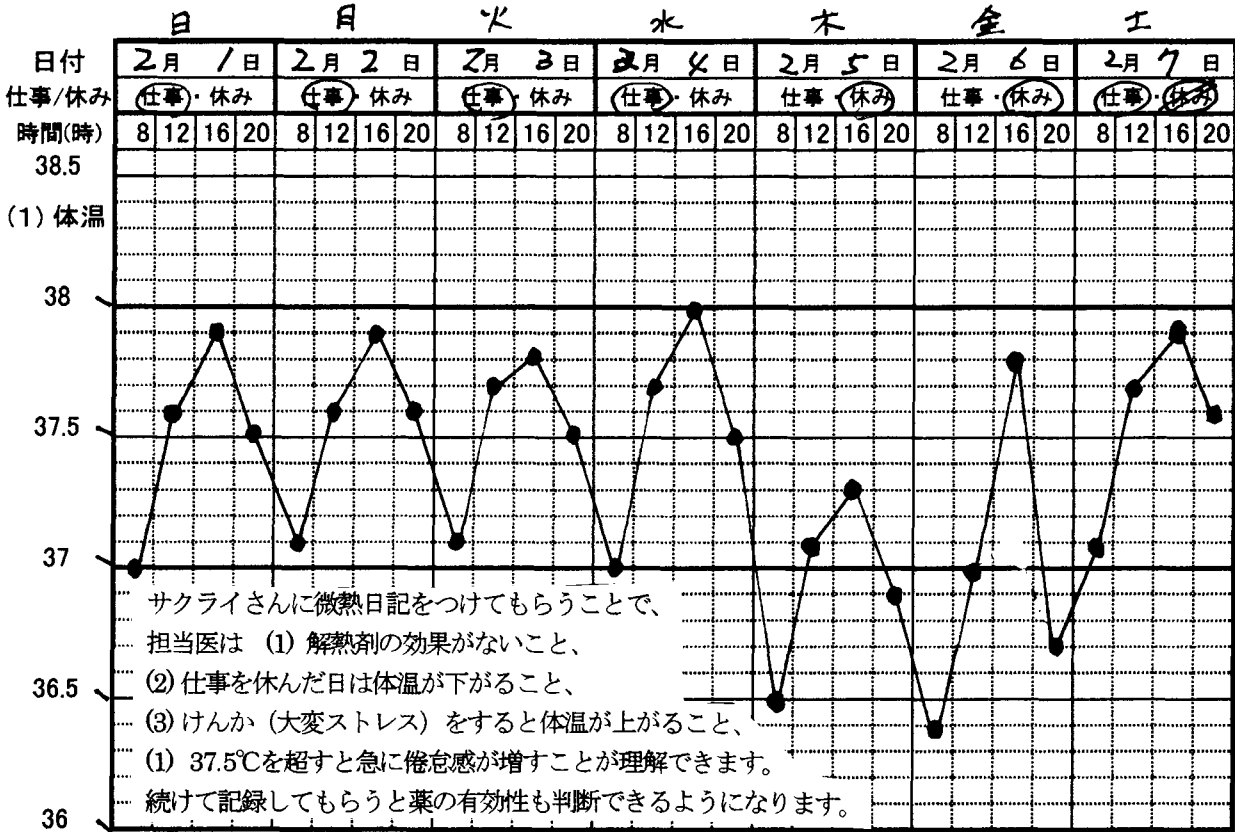
(図1)

(例) 微熱日記

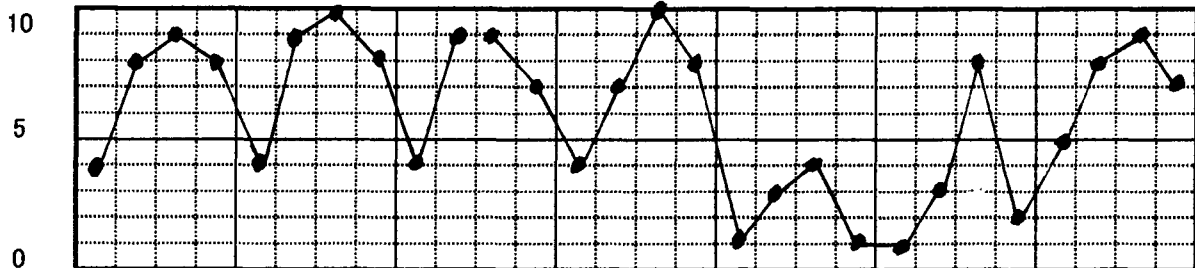
サクライ スザンヌ

お名前

最終月経 / 月 25 日から始まった。



(2) 倦怠感 (最も強いたるさを10点として時の点数)



(3) ストレス (今、感じているストレス、緊張、不安感で、最も強いときを10点とした時の点数)

1	2	3	2	1	3	3	1	1	3	3	1	1	3	3	1	0	0	1	0	0	1	10	5	1	3	3	2
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---	---	---	---	---

(4) 出来事、気づいたこと、他の症状の様子など、何でも

日曜セラピー 仕事 (8:30- 19:30)		パファリン 2錠 7時 2錠 19時 頭痛は よくある。	パファリン 2錠 6:30 2錠 19:30	仕事休んだ	15時 夫とつもらな いこと で Y-カシタ。	
----------------------------------	--	--	------------------------------	-------	-------------------------------------	--

体温と、そのときの体のたるさ、どれだけストレスを感じているか(数字)を記入してください。

(1) パファリンを飲んだ日2日間と、飲まない日の2日間の様子を記録してください。

パファリンを飲んだ日は、飲んだ時間を(4)に記入してください。

(2) 治療前の様子、治療の効果をするための記録です。

できれば1週間、続けて記入してもらうのがよいのですが、無理であれば、1週間のうちで平日(学校、仕事に行っている日)と休みの日、それぞれ1日ずつ記録してください。

(5) 現在の薬(担当医が記録します)

パファリンによる
解熱なし
←—————→

補中益気湯
7.5g 開始