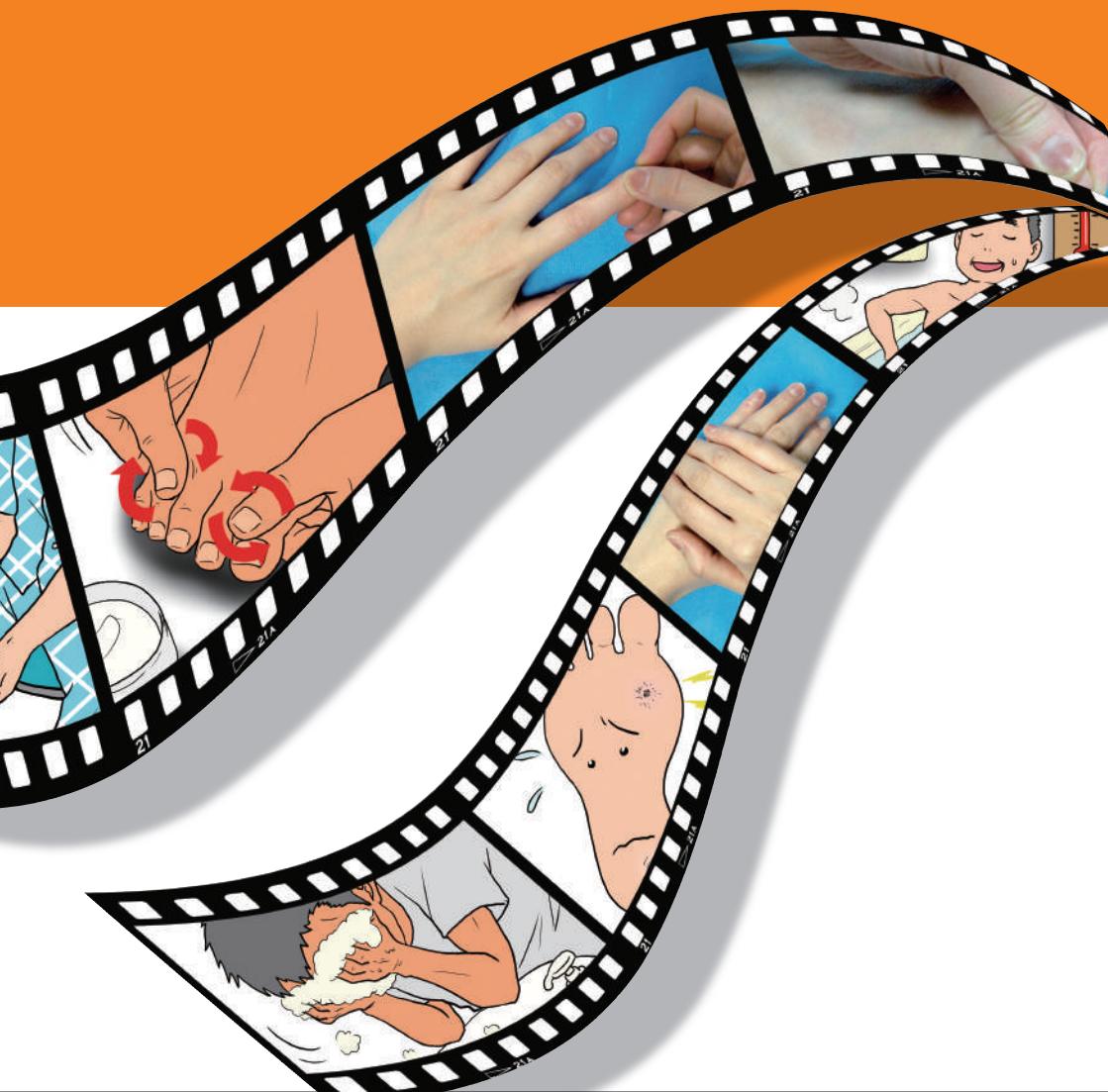


かんたん 日誌



4つの観察ポイント

手を観察してみましょう。



手は絶えず動いているので、知らない間に傷がついてしまうことがあります。作業前には観察するようにしましょう。

(1) 両方の手のひら全体をみて、左右の違いがないかを観察します。

(2) 片方の手のひら毎に、次のポイントを観察します。

①手のひら全体

②指の関節

※しびれや痛みがあるとき、手のひらを広げたとき、握ったときで違いがないかを確認します。



③指先や指の腹

④指の間

⑤爪と爪の周囲

足を観察してみましょう。



入浴前後や、靴下を履く前など、観察するときを決めるといいでしょう。見にくい部分は、鏡を使って観察しましょう。

(1) 両足の爪と爪の周囲をみて、左右の違いがないかを観察します。

(2) 片方の足毎に、次のポイントを観察します。



①足の裏

※足の裏全体を観察したあと、手で触りながら足の裏の感覚も確認します。

②かかと、指の付け根

③指先や指の腹

④指の関節

⑤指の間

頭を観察してみましょう。



入浴前や、毎朝の髪を整える前など、観察するときを決めるといいでしょう。鏡を使って観察しましょう。

- (1) 髪をかき分けて鏡に映し、髪の毛の根元を観察します。特に、頭のてっぺんと横（耳の上辺り）は汗をかきやすいので、よく観察をしましょう。



背中を観察してみましょう。



入浴前や着替えのとき、保湿剤を塗るときなど、観察するときを決めるといいでしょう。

- (1) 手鏡を持ち、大きな鏡に背中を映して観察します。



記入例

チェック日付け

12 / 15

痛い 
痛み度-1・2・3

赤み 

前

✗²

皮疹 

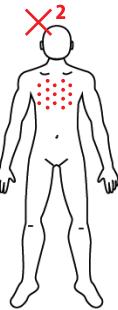
はれ 

後

しびれ 

支障 

※痛さの程度は数字で



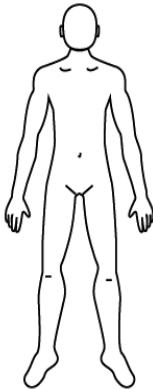
チェック日付け

/

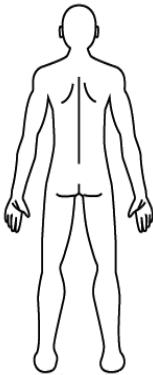
チェック日付け

/

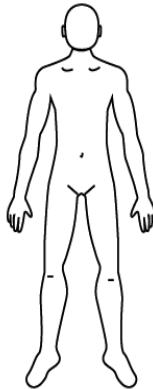
前



後



前



後



右



左



右



左



右



左



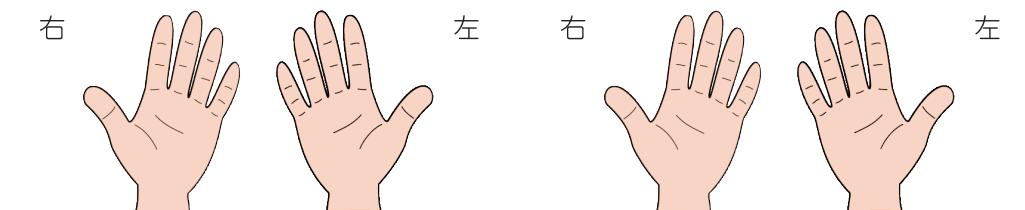
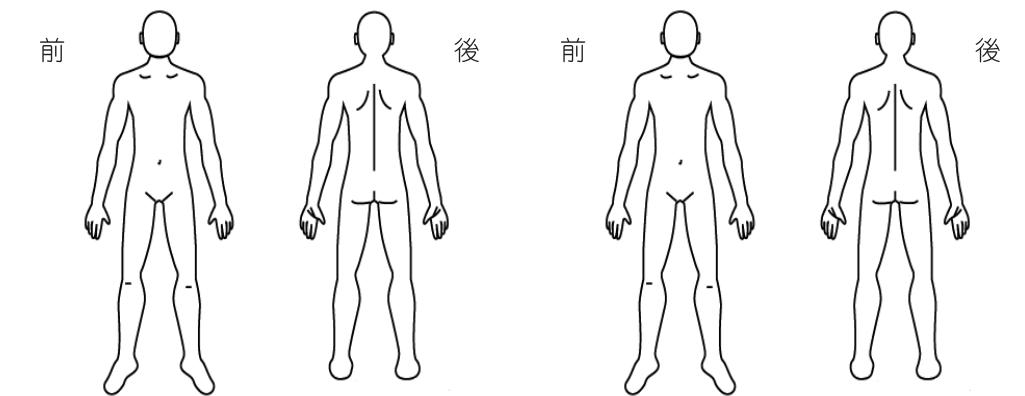
治療

治療



チェック日付け / 検査日付け /

This row contains two sets of boxes for recording dates: 'Check Date' and 'Examination Date', both indicated by a '/' symbol.



治療 治療

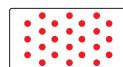
This row contains two dashed boxes, each labeled 'Treatment'.

痛い



痛み度-1・2・3

皮疹



しびれ



赤み



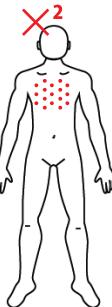
はれ



支障



前



後

※痛さの程度は数字で

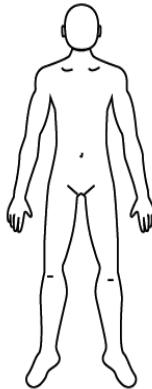
チェック日付け

/

チェック日付け

/

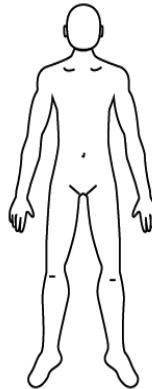
前



後



前



後



右



左



右



左



右



左



右



左



治療

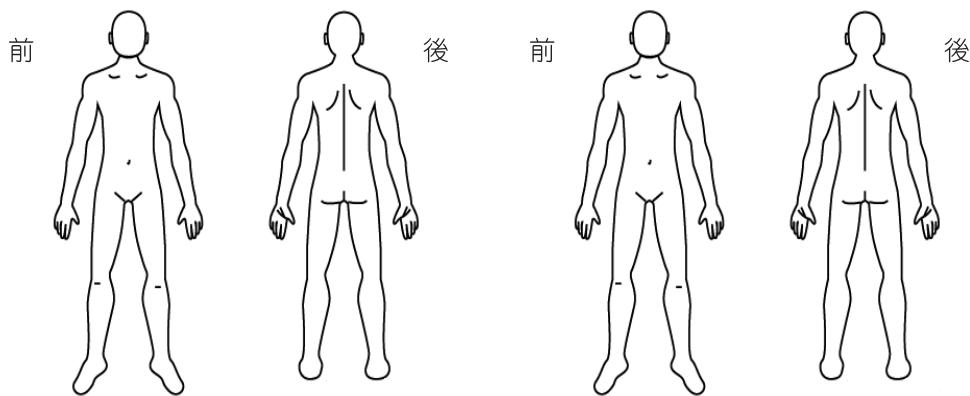
治療



治療
ステロイド軟こう

チェック日付け /

チェック日付け /



治療

治療

連絡先

がん症状マネジメントにおける看護介入モデルの症状別
臨床普及版の開発研究班

研究代表者：内布敦子

共同研究者：中野宏恵、西谷葉子、北山奈央子、磯元淳子、

細見裕久子、湯浅幸代子

イラスト：小玉高弘

デザイン：電鉄商事（株）DTS コミュニケーションズ

連絡先：TEL & FAX 078-925-9434

2015年3月発行 第1版

