

記入例

飲んでいる便秘薬と量

① カマ 0.5g 朝

② ラキソベン 3滴 夜

飲んでいる便秘薬を書きます。

月 日	時刻	内服(○・×)	気づいたことなど
	0 6 12 18 24	朝 昼 夜	
1月14日			
火			
水			
木			
金			
土			
日			
1月21日			
火			
水			
木			
金			
土			
日			

便の出た時刻にあわせて○を書き、○の中に硬さを入れます。(右上表にある数値です)

薬を飲んだら○、忘れたら×を入れます。複数の便秘薬をのんでいる方は、どの薬であるかわかるよう、①、②といれてください。

便の量が特に多い時はLまたはⓁ 少ない時はSまたはⓈ

便の硬さ

① コロコロ		S(小) とても少ない量 (目安: 大人の小指より小さい)
② コロコロの塊		
③ やや硬い		L(大) 大きな塊 (目安: 片手より大きい)
④ ふつう		
⑤ やわらかい		P(痛) 排便時の肛門痛 ><
⑥ だろの様		B(血) 血がついた ><
⑦ 水の様		Ⓢ 浣腸 Ⓢ 坐薬

排便量・排便時の症状

月 日	時刻	内服(○・×)	気づいたことなど
	0 6 12 18 24	朝 昼 夜	
1月28日			
火			
水			
木			
金			
土			
日			
月 日			
火			
水			
木			
金			
土			
日			

排便時の肛門痛はPまたは痛 血がついたらBまたは血

浣腸した時はⓈ 坐薬はⓈ

● 便秘症の治療では、どのように便がでているかを正確に知ることがとても大切です。毎日記録して、受診の時に持参しましょう。

(A)

.....

(B)

.....

.....

[illegible]

① コロコロ		S(小) とても少ない量 (目安: 大人の小指より小さい)	
② コロコロの塊			
③ やや硬い		L(大) 大きな塊	
④ ふつう		(目安: 片手より大きい)	
⑤ やわらかい		P(痛) 排便時の肛門痛	><
⑥ どろの様		B(血) 血がついた	><
⑦ 水の様		浣腸 坐薬	

[illegible]