

D-4 無痛情報(24時間生活変化シート)

名前

記入日 20 年 月 日 記入者

◎私の今日の痛みの変化です。24時間の变化に何が影響を与えていたのかを把握して、予防的に避けるタイミングや内容を見つけてください。

※私の気分が「非常に悪い」から「非常に良い」までの、どのあたりにあるか、時間を追って点を付けて線で結んでください。

※その時の私の様子や、どんな場面なのか、ありのままを具体的に記入してください。

※夜間記入して、パターンを発見したり、気分を左右する要因を見つけてください。

時間	気分		その時の具体的な様子や場面	影響を与えていると思われる事	私の願いや、支援してほしいこと ●私が言ったこと △家族が言ったこと ○ケア者が気づいたこと、ケアのヒントやアイデア	記入者
	非常に悪い	非常に良い				
0	5	2				
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						