

14日分

パーキンソン病と向き合い、快適な日常生活を送るために

# パーキンソン病 症状日誌

- 受診時には、この日誌を必ずご持参ください！

日誌記入  
期間

20 \_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日 ( \_\_\_\_ 曜日) から

20 \_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日 ( \_\_\_\_ 曜日) まで

お名前

この症状日誌は折りたたまずにお取り扱いください



# あなたの1日の症状パターンを記録しましょう！

記入例

【記入日】 20 / 4 年 7 月 / 8 日

起床から就寝まで、  
30分ごとに記入！

## ■ ジスキネジアの程度

ジスキネジアがあれば、  
その程度を  
**2段階**でチェック！

	午前											午後							
	4	5	6	7	8	9	10	11	正午	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
👎 つらいジスキネジア																			
😊 あまり気にならないジスキネジア																			

その時間での  
動きやすさの程度を  
**3段階**でチェック！

## ■ 動きやすさの程度

	4	5	6	7	8	9	10	11	正午	1	2	3	4	5	6	7	8	9
😊 動きやすい																		
😞 動きにくい																		
👎 動けない																		

睡眠時間をすべて  
チェック！  
昼寝時間も忘れずに！

😴 睡眠	→											↔							
🍽️ 食事																			
👉 レボドパ製剤*																			

食事した時間にチェック！  
間食した時間も  
忘れずに！

レボドパ製剤\*を服用した時間にチェック！

※：レボドパ(L-Dopaともいう)製剤の商品名：スタレボ®配合錠 L100/L50、メネシット®、ネオドパストン®、マドパー®、イーシー・ドパール®、ネオドパゾール® など

★ チェックは — でも、○ でも、✓ でもよく、思うように記入できない場合は、ご家族の記入でも結構です。

# この症状日誌は、「ウェアリング・オフ」や「ジスキネジア」の有無を確認するのに役立ちます！

パーキンソン病では、治療期間の長期化とともに、薬の効き目が次第に弱まったり短くなって、1日のうちに何度も、症状のよくなったり悪くなったりが繰り返されるようになります。

このようなパターンをとることを「ウェアリング・オフ」といいます。

ウェアリング・オフは患者さんの日常生活に支障をきたすため、治療法を変更する必要があります。

また「ジスキネジア」は、薬が効きすぎた時に出やすい症状です。自分の意思とは無関係に、体がクネクネ動いてしまいます。（ただし、手足がふるえる「振戦」とは異なります）

この日誌は、あなたの1日の症状パターンを明らかにし、ウェアリング・オフやジスキネジアの有無を確認するのに役立ちます！

快適な日常生活を送るためにも  
日誌をきちんとつけ、  
ウェアリング・オフやジスキネジアを  
早めに確認しましょう！

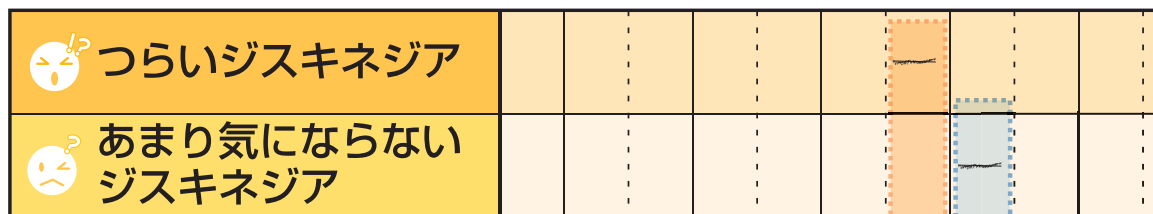


POINT

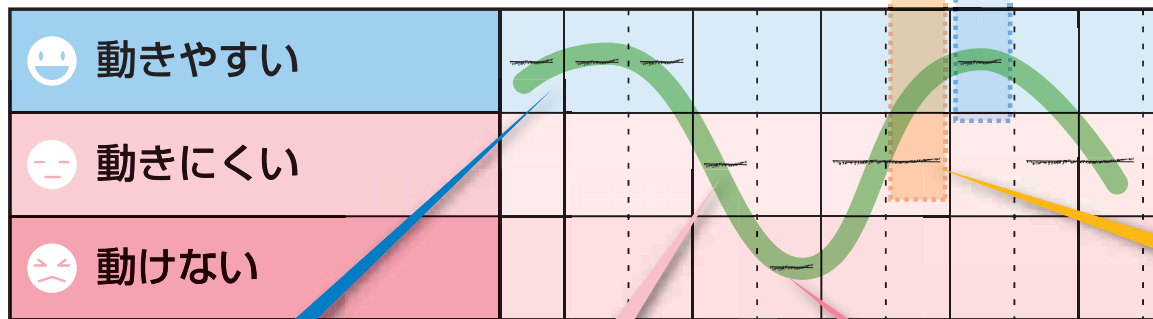
# 「動きやすさ」と「ジスキネジア」の程度を自分でチェックしてみましょう!



## ■ ジスキネジアの程度



## ■ 動きやすさの程度



ジスキネジアはあるが  
あまり気にならず  
普通に動ける

つらい  
ジスキネジアのため、  
動きにくい

ジスキネジアもなく  
よく動ける

薬が切れて  
動きにくくなった

↑  
**服薬**

動けない

【記入日】 20 年 月 日 ( 曜日)

## ■ ジスキネジアの程度

	午前											午後											午前	
	4	5	6	7	8	9	10	11	正午	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	0	1	2(時)	
つらい ジスキネジア																								
あまり 気にならない ジスキネジア																								

## ■ 動きやすさの程度

	4	5	6	7	8	9	10	11	正午	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	0	1	2(時)
動きやすい																							
動きにくい																							
動けない																							
睡眠																							
食事																							
レボドパ製剤																							

※上記の表内には一や○か✓などのチェックのみを記入してください。

ノート(日中や夜間の出来事、お困りのことがあれば記入してください)

【記入日】 20 年 月 日 ( 曜日)

## ■ ジスキネジアの程度

	午前											午後											午前	
	4	5	6	7	8	9	10	11	正午	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	0	1	2(時)	
つらい ジスキネジア																								
あまり 気にならない ジスキネジア																								

## ■ 動きやすさの程度

	4	5	6	7	8	9	10	11	正午	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	0	1	2(時)
動きやすい																							
動きにくい																							
動けない																							
睡眠																							
食事																							
レボドパ製剤																							

※上記の表内には **ー**や**○**か**✓**などの**チェックのみ**を記入してください。

ノート(日中や夜間の出来事、お困りのことがあれば記入してください)

【監修】 医療法人社団友志会  
リハビリテーション花の舎病院 院長／  
順天堂大学医学部 脳神経内科 客員教授 近藤 智善  
東海大学医学部附属病院 准教授 高橋 裕秀

医療機関名