

日常生活チェックシート **小児版**

血友病のお子さんやご家族と一緒に活用可能な、コミュニケーションツールに留まらず、教育ツールとしても活用できる『小児版の日常生活チェックシート』が完成しました。

<本チェックシートの活用を通して期待できる4つのポイント>

- ①「治療状況」「関節内出血を疑う症状」「子どもが伝えきれていないこと」の把握
- ②「ライフスタイル」「学内や学外における活動状況」の現状や変化の把握
- ③「現在」「未来」の視点で「子どもが抱いている想い」の把握
- ④「血友病」や「自分の治療」に対する理解を深め「自立」につながる教育機会の創出

School



Lessons



Sports



日常生活チェックシート【小児版】の使い方

❗ 子どもや両親に対するチェックシート実施目的の説明は重要です

血友病のお子さんの自立や成長を促すきっかけになります。

限られた病院受診機会や外来診療時間の中で、チェックシートを用いることで抜け漏れ無く、効果的なコミュニケーションが実施可能です。

❗ チェックシートの活用方法は1つではありません

「外来診療の待ち時間に記入してもらう」

「診察時に医療従事者から聞き取る」

「次回外来時まで記入して持参してもらう」

上記以外にも、様々な活用タイミングや活用の工夫があると思います。

❗ 記入後のコミュニケーションは忘れないように

記載内容に対する「問いかけ」「雑談」を行うことで、より詳細な情報や、今まで知らなかった情報を入手できる可能性が高くなります。

チェックシートに記載が無い場合は、再度「問いかけ」を実施することで新たな情報の入手やお子さんの気づきにつながります。

成長スピードの早い小児期は、身長も伸び体重も増加するタイミングです。体重の変化によっては血友病治療薬の用量調整が必要になるため、血友病のお子さんの体重は頻繁に確認しましょう。

【監修】 兵庫県立こども病院 副院長 小阪 嘉之 先生
外来看護師 小澤 一美 先生

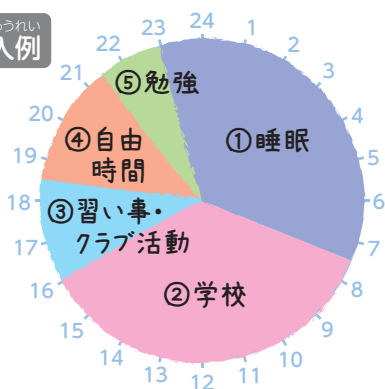
1

薬の名前は (1回分の薬剤投与量:)です。
血友病治療の薬を注射している曜日に○を付けて、注射している時間を書いてください。

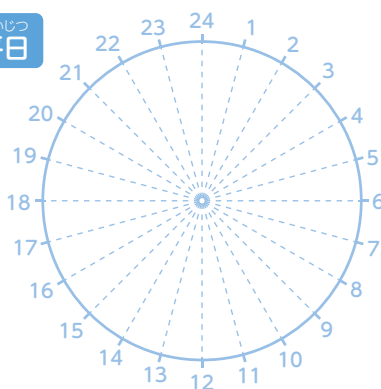
注射している曜日	月	火	水	木	金	土	日
注射している時間							
毎週同じ曜日に薬を注射していない場合	注射している間隔 (日・週) 毎に注射している 注射している時間 時に注射している						

記入例を参考に、平日や土日になにをしているかを円グラフに書いてください。

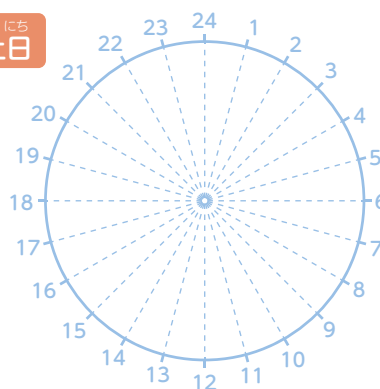
記入例



平日



土日



2

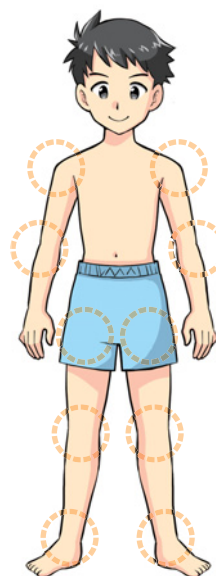
この1ヵ月間で、いつもと違う感じがあった関節があれば右の図に○を付けてください。

関節がいつもと違う感じの具体例

- ①ムズムズする
- ②重い感じがする
- ③ジンジンする
- ④曲げ伸ばしがしにくい
- ⑤熱を持っている
- ⑥動かすと痛い
- ⑦だるい感じがする
- ⑧腫れていて押すと痛い
- ⑨感じ方は一人一人違うのでここにはない表現もあります
(自分なりの表現)

右

左



3

当てはまることがあれば○で囲んでください。



①学校で出血や違和感を感じた時、先生に伝えられないことがある

②出血しているかわからないことがある

③出血や違和感を感じた時、しばらく動かずに様子を見ることがある

④定期的な薬の注射以外に凝固因子製剤を追加で注射するか迷うことがある

⑤出血を避けるために、やりたいことを我慢したり、あきらめることがある

⑥決められた曜日や時間に薬を注射できないことがある

⑦薬の準備や注射で失敗することがある

⑧痛み止めを飲んだり、湿布を貼ったりすることがある

裏面に続きます

4

学校の授業や行事で、「気になること」「聞きたいこと」「不安なこと」「困っていること」があれば、○を付けてください。空欄は自由に書き込んで大丈夫です。



たい いく
体 育



えんそく・しゃ かい か けんがく
遠足・社会科見学



し ぜん がっ こう
自然学校



しゅうがく りょ こう
修学旅行

5

下の選択肢の中で行っている活動があれば○を付けてください。
選択肢に無い活動の場合は、「その他」に書き込んでください。

スポーツや運動



トランポリン



ダンス



スケートボード



スノーボード



スキー



アイススケート



空手



柔道



剣道



弓道



ラグビー



サッカー



バスケットボール



野球



バレーボール



テニス



バドミントン



卓球



水泳



陸上競技



体操競技



サイクリング



ハイキング



ジョギング



ウォーキング



筋力トレーニング



その他()

スポーツや運動以外の活動



学習塾



英会話



パソコン



吹奏楽



ピアノ



絵画



外遊び



ゲーム



その他()



スポーツや運動は、運動時間や強度、種類で出血リスクが大きく変わるため、新たに開始する際は事前に医師や看護師に相談してください。

6

あなたの将来の夢や、これからチャレンジしてみたいことを教えてください。

しょうらい ゆめ

将来の夢・これからチャレンジしてみたいこと

れい いしゃ

(例)お医者さんになりたい。YouTuberになりたい。

ユーチューバー



『やりたくてもできていないこと』や『我慢していること』があれば教えてください。

がまん

やりたくてもできていないこと・我慢していること

れい しゅっけつ こわ

(例)出血が怖いので、やりたいけどダンスを我慢している。

がまん



7

その他に何か気になることや、伝えておきたいことがあれば自由に書いてください。

いじょう

かいどう

以上です。回答ありがとうございました。



すべての革新は患者さんのために



中外製薬株式会社



ロシュ グループ