

生活習慣に関する治療管理を行うために、患者に対して療養計画書を作成し丁寧に説明を行い、患者の同意を得る書類です。

生活習慣病 療養計画書

※ 1. 高血圧 2. 糖尿病 等の療養計画書です。

(記入日: 年 月 日) 初回・() 回目

患者氏名: (男・女)
生年月日: 明・大・昭・平 年 月 日生 (才)

主病:
☐ 糖尿病 ☐ 高血圧症 ☐ 高脂血症

ねらい: 重点目標の達成状況を理解できること・自分の生活上の問題点を抽出し、目標設定できること
・目標再設定と指導された生活習慣改善に取り組めること

【検査・問診】	【検査項目】 ☐ 体重: 現在 (kg) → 目標 (kg) ☐ BMI () ☐ 腹 囲: 現在 (cm) → 目標 (cm) ☐ 栄養状態 (低栄養状態の恐れ 良好 肥満) ☐ 収縮期/拡張期血圧 (/ mmHg) ☐ 運動負荷心電図 ☐ その他 ()	【血液検査項目】 (採血日 月 日) ☐ 血糖 (☐ 空腹時 ☐ 随時 ☐ 食後 () 時間) mg/dl ☐ HbA _{1c} : 現在 (%) → 目標 (%) ☐ 総コレステロール (mg/dl) ☐ 中性脂肪 (mg/dl) ☐ HDLコレステロール (mg/dl) ☐ LDLコレステロール (mg/dl) ☐ その他 ()
	【問診】 ☐ 食事の状況 ☐ 運動の状況 ☐ たばこ ☐ その他の生活 【目標の達成状況と次の目標】: 患者と相談した目標 【①達成目標】: 患者と相談した目標 [] 【②行動目標】: 患者と相談した目標 []	
【重点を置く領域と指導項目】	☐ 食事	☐ 今回は、指導の必要なし ☐ 食事摂取量を適正にする ☐ 食塩・調味料を控える ☐ 野菜・きのこ・海藻など食物繊維の摂取を増やす ☐ 外食の際の注意事項 () ☐ 油を使った料理 (揚げ物や炒め物等) の摂取を減らす ☐ その他 () ☐ 節酒: [減らす (種類・量: を週 回)] ☐ 間食: [減らす (種類・量: を週 回)] ☐ 食べ方: [ゆっくり食べる・その他 ()] ☐ 食事時間: 朝食, 昼食, 夕食を規則正しくとる
	☐ 運動	☐ 今回は、指導の必要なし ☐ 運動処方: 種類 (ウォーキング・) 時間 (30分以上・), 頻度 (ほぼ毎日・週 日) 強度 (息がはずむが会話が可能な強さ or 脈拍 拍/分 or) ☐ 日常生活の活動量増加 (例: 1日1万歩・) ☐ 運動時の注意事項など ()
	☐ たばこ	☐ 非喫煙者 ☐ 禁煙・節煙の有効性 ☐ 禁煙の実施方法等
	☐ その他	☐ 仕事 ☐ 余暇 ☐ 睡眠の確保 (質・量) ☐ 減量 ☐ 家庭での計測 (歩数, 体重, 血圧, 腹囲等) ☐ その他 ()
	【服薬指導】	☐ 処方なし ☐ 薬の説明
【療養を行うにあたっての問題点】		
【他の施設の利用状況について】		
※実施項目は、 ☐ にチェック, () 内には具体的に記入		

患者署名
医師氏名