



毎日の記録 **記入例** を参考に、記入しましょう。

2022年		日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
月/日		6/5	6/6	6/7	6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13	6/14	6/15	6/16	6/17	6/18
体重(kg)		59.0	59.0	58.8	58.6	58.5	58.8	58.8	57.9	57.8	57.5	57.8	57.6	57.7	58.0
血圧 (mmHg)	朝 (脈拍回/分)	110/72 (68)	112/80 (72)	119/79 (78)	105/69 (62)	123/83 (66)	110/70 (69)	118/72 (79)	111/71 (73)	120/85 (82)	115/72 (65)	122/88 (63)	108/80 (70)	113/75 (68)	120/80 (66)
	寝る前 (脈拍回/分)	111/71 (66)	120/85 (68)	108/69 (70)	105/72 (63)	110/72 (65)	108/69 (82)	105/80 (73)	111/70 (79)	113/75 (69)	110/70 (66)	120/80 (62)	105/69 (78)	115/72 (72)	111/71 (68)
自覚 症状	息切れ	有・無													
	むくみ	有・無													
	疲れやすさ	有・無													
	食欲低下	有・無													
	不眠	有・無													
運動(○か×で記入)		○	×	○	○	×	×	○	○	○	○	×	○	○	○
服薬 チェック	朝	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑
	昼	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑
	夕	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑	☑

メモ

心不全とは

心不全の悪化を防ぐために

心不全の検査と治療

心臓リハビリ

日常生活の心がけ

地域連携・連携ノート

毎日の記録