

神経症状専用・症状マップメモ

診察前に「どこが・どのように・いつ・どれくらい困るか」を整理するための記録用紙です。身体図に症状を書き込み、そのまま診察へ持参でき...

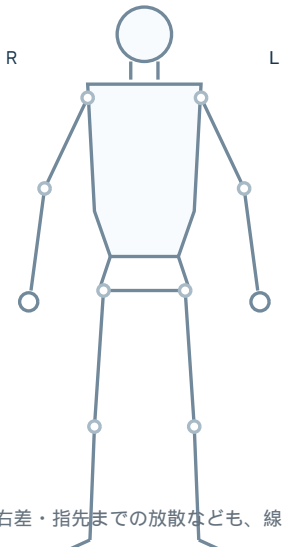
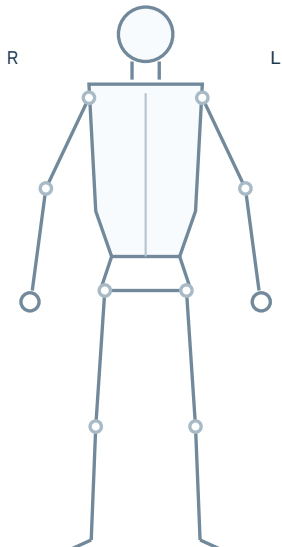
重要：このシートは診断や後遺障害等級の自己判定用ではありません。症状を誇張せず、実際に残っている内容を正確に整理し、診察時に口頭でも医師へ伝えてください。

1. 基本情報

氏名 _____	記入日 ____年__月__日
事故日 ____年__月__日	受傷部位 _____
医療機関 _____	主治医 _____

2. 症状マップ - 身体図に直接書き込む

記号例：● = 痛み //// = しびれ != 電気が走る感じ = 力が入りにくい ○ = 感覚が鈍い 左右を間違えないようR/Lを確認してください。

前面  症状の広がり・左右差・指先までの放散なども、線や囲みで自由に記入してください。	後面 
---	---

3. 今日いちばん伝えたい症状

どこが（部位）	どのように（性質）	いつ・どのくらい	生活・仕事への支障
1 例：右手の親指・人差し指	☐ しびれ ☐ ズキズキ ☐ 電気が走る ☐ 灼ける ☐ 感覚低下 ☐ 力が入りにくい	☐ 常に ☐ 毎日 ☐ 時々 強まる場面：_____ 続く時間：_____	何ができない / 続けにくい： _____
2 _____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

4. 「改善した点」と「今も残る点」を分ける

事故直後より改善した点	現在も残っている症状

伝え方の例：「事故直後より首の動きは改善しましたが、右手の親指・人差し指のしびれは毎日残っています。長くパソコンを使うと強くなり、途中で休憩が必要です。」

5. 診察前の確認 - 4要素がそろっているか

☐ 部位	「右手」だけでなく、指・前腕・肩・腰・足先など具体的な場所まで整理した
☐ 性質	しびれ、灼ける感じ、電気が走る感じ、ズキズキ、感覚低下、脱力などを区別した
☐ 頻度	常時か断続的か、何をすると強まるか、1日のうちどれくらい続くかを整理した
☐ 支障	睡眠、家事、運転、仕事、PC操作、歩行、荷物運搬などへの具体的な影響を書いた
☐ 経過	受傷直後からの変化と、現在も残る症状を分けて説明できる
☐ 一貫性	以前から伝えている症状を、今回も漏らさず医師に伝える準備ができている

6. 症状の強さ・タイミングのメモ

痛み・しびれの強さ（本人の目安）	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	症状なし 想像できる中で最も強い
現在： ____ /10	最も強い時： ____ /10 最も軽い時： ____ /10
強まりやすい場面：	
軽くなる条件・姿勢：	

7. 後遺障害診断書を受け取ったら確認すること

☐ 自覚症状欄に、部位・性質・頻度が具体的に記載されている	☐ 「経過良好」「軽快」と、現在の症状残存が矛盾していない
☐ 実施した神経学的検査・画像所見等が必要に応じて反映されている	☐ 症状固定時に何が残っているかが分かる記載になっている
☐ 仕事・日常生活への支障について、事実と食い違う記載がない	☐ 明らかな誤記・左右間違い・部位違いがない

8. 医師へ伝えるときの例

「治療で改善した部分はありますが、現在も右手のしびれが毎日残っています。診察のときに漏れなくお伝えしたいため、症状をこのメモに整理しました。診療上必要な範囲で確認していただけますでしょうか。」

注意：等級に合う表現を求めるのではなく、現在の症状と検査結果を事実どおり記録してもらうことが重要です。