1. 健康知覚–健康管理パターン

患者さんが自分の健康をどう認識し、どう管理しているかを把握します。既往歴・服薬・生活習慣・健康行動が中心です。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 主訴
- 現病歴（発症から現在までの経過）
- 既往歴（手術歴、入院歴、慢性疾患）
- アレルギー（薬剤・食物・その他）
- 服薬状況（処方薬・市販薬・サプリ）
- 喫煙・飲酒・運動習慣
- 健康診断の受診状況
- 感染症（MRSA・結核・肝炎等）

■ 患者さんへの質問例

・今回はどんなことで入院（受診）されましたか？
・今までに大きな病気や手術をされたことはありますか？
・現在お飲みになっているお薬はありますか？
・アレルギーで気をつけていることはありますか？
・ご自身の健康について、普段気をつけていることは？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com 個人利用のみ可、複製・転載不可

2. 栄養–代謝パターン

食事摂取量・水分摂取・体重変化・皮膚状態など、栄養と代謝に関する情報を集めます。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 身長・体重・BMI
- 体重変化（最近半年〜1年）
- 食事摂取量（主食・主菜・副菜の摂取割合）
- 水分摂取量（1日あたり）
- 食欲（増減）
- 嚥下機能・咀嚼機能
- 皮膚状態（乾燥・浮腫・褥瘡）
- 口腔内（歯・義歯・口腔粘膜）
- 血液検査値（TP・Alb・Hb・血糖等）

■ 患者さんへの質問例

・食事はどのくらい食べられましたか？
・お水やお茶はどれくらい飲まれますか？
・好き嫌いや食べられないものはありますか？
・最近、体重に変化はありましたか？
・飲み込みにくさを感じることはありますか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com 個人利用のみ可、複製・転載不可

3. 排泄パターン

排尿・排便のパターンと自立度、排泄に関する困りごとを把握します。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 排尿回数（昼・夜）
- 排尿量・性状（色・混濁）
- 排便回数（日・週）
- 便の性状（ブリストルスケール）
- 排泄の自立度（自立・介助・全介助）
- 失禁の有無
- 下剤・浣腸の使用
- 発汗・不感蒸泄
- ストーマ・尿道カテーテルの有無

■ 患者さんへの質問例

・お通じは何日前にありましたか？
・尿の出はいかがですか？
・トイレは1日に何回くらい行かれますか？
・便秘や下痢で困ることはありますか？
・トイレに行く時、お一人で大丈夫ですか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com 個人利用のみ可、複製・転載不可 https://rekango.com/

4. 活動–運動パターン

ADL（日常生活動作）・運動耐性・呼吸循環機能を評価します。

■ 観察項目（カルテから集める）

- ADL（食事・更衣・入浴・移動・排泄）の自立度
- 歩行（杖・歩行器の有無、距離）
- 起立・座位の保持
- 運動耐性（息切れ・疲労）
- 呼吸（数・深さ・リズム・努力呼吸）
- 脈拍・血圧
- 趣味・運動習慣
- 麻痺・拘縮の有無

■ 患者さんへの質問例

・普段、お家ではどのように過ごされていますか？
・歩いたり階段を上ったりする時、しんどさはありますか？
・お風呂やお着替えはご自身でできますか？
・運動や趣味で続けていることはありますか？
・動く時に痛みやふらつきはありませんか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com 個人利用のみ可、複製・転載不可

5. 睡眠–休息パターン

睡眠時間・質・休息感、眠りに関する困りごとを把握します。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 就寝時刻・起床時刻
- 総睡眠時間
- 入眠困難・中途覚醒・早朝覚醒
- 昼寝の有無
- 睡眠薬の使用
- 睡眠の質（熟睡感・疲労感）
- 夜間排尿の回数
- 夢・悪夢の頻度

■ 患者さんへの質問例

・夜はよく眠れましたか？
・何時頃お休みになって、何時頃起きられますか？
・夜中に目が覚めることはありますか？
・お昼寝はされますか？
・眠れない時、お薬を使っていますか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com 個人利用のみ可、複製・転載不可

6. 認知–知覚パターン

意識レベル・感覚機能・痛み・コミュニケーション能力を評価します。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 意識レベル（JCS・GCS）
- 見当識（時・場所・人）
- 視力・聴力
- 言語機能・理解力
- 記憶（短期・長期）
- 痛みの有無・部位・性質・強さ（NRS）
- 痺れ・知覚異常
- 認知症の有無・程度

■ 患者さんへの質問例

・痛みやしんどさはありますか？
・どんな痛みですか？（ズキズキ・チクチク等）
・10段階で言うと、いまの痛みはどのくらいですか？
・目や耳で困ることはありますか？
・私の話、聞き取りにくくないですか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com 個人利用のみ可、複製・転載不可

7. 自己知覚–自己概念パターン

自分自身をどう捉えているか、ボディイメージ・自尊感情を把握します。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 表情・態度
- ボディイメージ（手術・切断・障害への受け止め）
- 自尊感情（高低）
- 病気に対する受け止め
- 今後への見通し・希望
- 不安・抑うつ症状

■ 患者さんへの質問例

・今、一番気になっていることは何ですか？
・ご自身のお身体について、どんなことを感じていますか？
・今回の入院について、どのように受け止めていらっしゃいますか？
・これからのことで不安はありますか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com　個人利用のみ可、複製・転載不可

8. 役割–関係パターン

家族構成・社会的役割・対人関係を把握します。キーパーソンの確認は必須です。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 家族構成（同居者・別居家族）
- キーパーソン
- 職業・社会的役割
- 友人・近隣との関係
- 面会の有無・頻度
- 経済状況
- 退院後の生活環境（住居・支援）

■ 患者さんへの質問例

・ご家族はどなたが来られていますか？
・お家ではどなたと一緒にお住まいですか？
・お仕事は何をされていますか（されていましたか）？
・退院後はどなたが手伝いに来てくれそうですか？
・経済的なことでご心配はありますか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com 個人利用のみ可、複製・転載不可

9. セクシュアリティ–生殖パターン

生殖機能・月経・性に関する関心や懸念を把握します。プライバシー配慮が必要です。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 性別・年齢
- 月経の有無・周期（女性）
- 妊娠・出産歴（女性）
- 閉経の有無・時期（女性）
- 性機能障害の有無
- 病気・治療による性機能への影響

■ 患者さんへの質問例

・（女性）月経の周期はいかがですか？
・（女性）妊娠・出産のご経験は？
・今回のご病気で、性生活に関するお困りごとはありますか？
・（必要に応じて）デリケートな質問ですが、お聞きしてもよろしいですか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com　個人利用のみ可、複製・転載不可

10. コーピング–ストレス耐性パターン

ストレス源・対処行動・サポートシステムを把握します。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 現在のストレス源
- 過去のストレス対処方法
- サポート（家族・友人・専門職）
- 感情表現（豊か・抑制）
- 不安・抑うつ・怒り
- 飲酒・喫煙の増加
- サポートグループの利用

■ 患者さんへの質問例

・今、一番のストレスは何ですか？
・イヤなことがあった時、どうやって気持ちを切り替えますか？
・悩みを相談できる方はいらっしゃいますか？
・ご自身で気持ちを落ち着ける方法はありますか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com 個人利用のみ可、複製・転載不可

11. 価値–信念パターン

価値観・宗教・人生観・治療への意思決定の判断軸を把握します。

■ 観察項目（カルテから集める）

- 宗教・信仰
- 大切にしている価値観
- 人生の目標・希望
- 治療への意思決定パターン
- 終末期の希望（DNAR等）
- 文化的背景

■ 患者さんへの質問例

・ご自身が一番大切にされていることは何ですか？
・信仰されている宗教はありますか？
・治療を選ぶ時、どんなことを大事にされますか？
・退院後、どんな生活を送りたいですか？

■ あなたの記入欄（実習でメモ）

© ReKango / rekango.com 個人利用のみ可、複製・転載不可