











# 症状チェックシート

監修 ● 順天堂大学 医学部 血液内科 小松 則夫 先生

ここ1週間のことを思い出して「すごく ある」「ある」「ない」のいずれかに○をしてください。

「体重減少」については、ここ半年のことを思い出して「すごく 減った」「減った」「減っていない」のいずれかに○をしてください。

特徴的な10症状		○をしてください
発現率 <b>80%</b>	 <b>だるさ (倦怠感)</b> 例えば ● 少し動くと、すぐ休憩が必要になる ● 疲れやすいと感じる	すごく ある      ある ない
発現率 <b>53%</b>	 <b>お腹の不快感 (腹部不快感)</b> 例えば ● お腹がはった感じ ● お腹が押えられるような感じ	すごく ある      ある ない
発現率 <b>51%</b>	 <b>寝汗</b> 例えば ● 睡眠中、下着やパジャマ、シーツを交換するほど汗をかく	すごく ある      ある ない
発現率 <b>40%</b>	 <b>かゆみ (そう痒感)</b> 例えば ● お風呂に入ると、痒みや痛みが強くなる	すごく ある      ある ない
発現率 <b>40%</b>	 <b>骨の痛み (骨痛)</b> 例えば ● 骨痛のため、就寝中に目が覚める ● 安静にしているとも、骨が痛い	すごく ある      ある ない
発現率 <b>37%</b>	 <b>すぐ満腹になる (早期満腹感)</b> 例えば ● 食事の量が、前より減少している ● 食欲が低下している	すごく ある      ある ない
発現率 <b>31%</b>	 <b>やる気の低下 (活動性の低下)</b> 例えば ● 仕事、趣味、人付き合いなどが、思うようにできない	すごく ある      ある ない
発現率 <b>29%</b>	 <b>集中力の低下</b> 例えば ● 集中して、本や新聞を読むことができない	すごく ある      ある ない
発現率 <b>28%</b>	 <b>体重減少</b> 例えば ● 体重が減った ● 洋服のサイズが合わなくなった	すごく 減った      減った 減っていない
発現率 <b>14%</b>	 <b>発熱</b> 例えば ● 体が熱っぽい ● 熱がある感じがする	すごく ある      ある ない

Mesa R et al. BMC Cancer 2016; 16: 167. より作成

いずれかの症状がある場合は、このチェックシートを主治医に渡して、相談してみましょう。