

かぜをひいたようだ、鼻炎かな、花粉症かな

Checklist

- ☐ Tumutulong sipon
- ☐ Baradong ilong
- ☐ Bumabahing
- ☐ Lagnat (____ °C)
- ☐ Nanginginig
- ☐ Ubo
- ☐ Pananakit ng lalamunan
- ☐ Nanghihina
- ☐ Makating mata
- ☐ Mapulang mata

Kasaysayan ng pasyente

- ◇ Gaano kalala ang iyong tumutulong sipon/baradong ilong?
Malala > Banayad
3 2 1
- ◇ Gaano kalala ang pananakit ng lalamunan?
Malala > Banayad
3 2 1
- ◇ Gaano kadalas ang iyong pag-ubo?
Madalas > Paminsan-minsan
3 2 1
- ◇ Kailan nagsimula ang sintomas?
☐ 1 ~ 2 oras na nagdaan
☐ Matagal na
- ◇ Mayroon ka bang ibang mga sintomas?
☐ Nagsusuka
☐ Nagtatae
☐ Nahihilo

確認事項 (チェックシート)

- ☐ 鼻水がでる
- ☐ 鼻がつまる
- ☐ くしゃみがでる
- ☐ 熱がある (____ °C)
- ☐ 悪寒がする
- ☐ 咳が出る
- ☐ のどが痛い
- ☐ 体がだるい
- ☐ 目が痒い
- ☐ 目が充血している

使用者の背景の確認

- ◇ 鼻水・鼻づまりの程度はどのようですか
強 > 弱
3 2 1
- ◇ のどの痛みの程度はどのようですか
強 > 弱
3 2 1
- ◇ せきの頻度はどの程度ですか
強 > 弱
3 2 1
- ◇ それはいつからですか
☐ 1 ~ 2 時間前
☐ ずっと前
- ◇ 他に症状がありますか
☐ 吐き気
☐ 下痢
☐ めまい

頭、他が痛い (関節痛、筋肉痛、生理痛は除く)

Checklist

- ☐ Masakit na ulo
- ☐ Pinsala
- ☐ Masakit na ngipin
- ☐ Masakit na tainga

Background ng pasyente

- ◇ Gaano kalala ang pananakit?
Malala > Banayad
3 2 1
- ◇ Kailan nagsimula ang pananakit?
☐ 1 ~ 2 oras na nagdaan
☐ Matagal na
- ◇ Mayroon ka bang ibang sintomas?
☐ Lagnat
☐ Pagsusuka
☐ Pagkahilo
☐ Lumalabong paningin
☐ Masakit na ulo na may panginginig
☐ Sensitibo sa ilaw at/o tunog
☐ Mabigat na pakiramdam sa paligid ng ilong.
☐ Pamumula at pamamaga sa lugar na sumasakit.

確認事項 (チェックシート)

- ☐ 頭が痛い
- ☐ けがをした
- ☐ 歯が痛い
- ☐ 耳が痛い

使用者の背景の確認

- ◇ 痛みの程度はどのようなですか
強 > 弱
3 2 1
- ◇ いつから痛みがありますか
☐ 1 ~ 2 時間前
☐ ずっと前
- ◇ 他に症状がありますか
☐ 熱がある
☐ 吐き気
☐ めまい
☐ ものの見え方がおかしい
☐ 寒気を伴う頭痛
☐ 光や音に敏感になった
☐ 鼻のあたりが重苦しい感じがする

☐ 痛むところが腫れたり赤くなっていますか

筋肉や関節が痛い

Checklist

- ◇ Saan ang lugar ng pananakit?
 - ☐ Leeg
 - ☐ Balikat
 - ☐ Siko
 - ☐ Ibabang likod
 - ☐ Binti
 - ☐ Braso
- ◇ Gaano kalala ang pananakit?
Malala > Banayad
3 2 1
- ◇ Kailan nagsimula ang pananakit?
 - ☐ Ngayon
 - ☐ Noong pang nakaraang araw
- ◇ Mayroon bang ibang dahilan sa pananakit na nararamdaman mo?
 - ☐ Ehersisyo
 - ☐ Pinsala
- ◇ Mayroon ka bang ibang sintomas?
 - ☐ Pamamaga
 - ☐ Pamumula
 - ☐ Lagnat

確認事項 (チェックシート)

- ◇ 痛む場所はどこですか
 - ☐ 首
 - ☐ 肩
 - ☐ 肘
 - ☐ 腰
 - ☐ 足
 - ☐ 腕
- ◇ 痛みの程度はどのようなですか
強 > 弱
3 2 1
- ◇ いつから痛みがありますか
 - ☐ 今日
 - ☐ 昨日以前
- ◇ 下記に原因はありますか
 - ☐ 運動
 - ☐ けが
- ◇ 他に症状がありますか
 - ☐ 腫れている
 - ☐ 赤くなっている
 - ☐ 熱を持っている

お腹が痛い、生理痛

Checklist

- ◇ Saan mo nararamdaman ang pananakit?
 - ☐ Tiyan
 - ☐ Ibabang parte ng abdomen (tiyan)
 - ☐ Likod
 - ☐ Pananakit dahil sa regla
- ◇ Gaano kalala ang pananakit?
Malala > Banayad
3 2 1
- ◇ Kailan nagsimula ang pananakit?
 - ☐ 1 ~ 2 oras na nagdaan
 - ☐ Matagal na
- ◇ Sumakit ba bago o matapos kumain?
 - ☐ Bago
 - ☐ Matapos
 - ☐ Pag walang laman ang tiyan (Pag-gutom)
- ◇ May iba pa bang dahilan sa pananakit na nararamdaman mo?
 - ☐ Sobrang kain
 - ☐ Sobrang pag-inom
 - ☐ Stress
 - ☐ Gamot
- ◇ Mayroon ka bang iba pang sintomas?
 - ☐ Pagsusuka
 - ☐ Mahihirapang dumumi
 - ☐ Pagtatae
 - ☐ Dugo sa ihi
 - ☐ Lagnat
- ◇ Mayroon bang pag-iiba ng kulay sa iyong dumi?
 - ☐ Oo
 - ☐ Hindi

確認事項 (チェックシート)

- ◇ 痛む場所はどこですか
 - ☐ 胃部
 - ☐ 下腹部
 - ☐ 背部
 - ☐ 生理痛
- ◇ 痛みの程度はどのようなですか
強 > 弱
3 2 1
- ◇ いつから痛みがありますか
 - ☐ 1 ~ 2 時間前
 - ☐ ずっと前
- ◇ 食事の前と後ではどちらが痛いですか
 - ☐ 食事の前
 - ☐ 食事の後
 - ☐ おなかが空いている時
- ◇ 下記に原因はありますか
 - ☐ 食べすぎ
 - ☐ 飲みすぎ
 - ☐ ストレス
 - ☐ 薬の服用
- ◇ 他に症状がありますか
 - ☐ 吐き気
 - ☐ 便秘
 - ☐ 下痢
 - ☐ 血尿
 - ☐ 熱
- ◇ 便の色に変化はありますか
 - ☐ ある
 - ☐ ない

かゆい (皮膚の薬)

Checklist

- ◇ Kailan mo naramdaman ang pangangati?
 - ☐ Sa lugar na nakalantad (nakikita)
 - ☐ Sa lugar na hindi nakikita
- ◇ Gaano kalala ang pangangati?
Malala > Banayad
3 2 1
- ◇ Kailan nagsimula ang pangangati?
 - ☐ Biglaan
 - ☐ Kailan lang
 - (2-3 araw na nagdaan ・)
 - (1 linggo nagdaan ・)
 - (2-3 linggo nagdaan)
 - ☐ Nagdaang
 - (1 buwan ・)
 - (3 buwan ・)
 - (Higit sa 3 buwan)
- ◇ May naiisip ka bang ibang dahilan?
 - ☐ Oo
 - (alipunga ・ kagat ng insekto ・)
 - (pantal ・ eczema ・ hives)
 - ☐ Wala
- ◇ Bukod sa pangangati, may naramdaman ka pang iba (hal. mainit, malamig, atbp.)?
 - ☐ Oo (pananakit ・ mainit ・ malamig)
 - ☐ Wala

確認事項 (チェックシート)

- ◇ かゆい場所はどこですか
 - ☐ 見せられる (見える) ところ
 - ☐ 見せられないところ
- ◇ かゆみの程度はどのくらいですか
強 > 弱
3 2 1
- ◇ いつからですか
 - ☐ 急に
 - ☐ 最近
 - (2、3 日前から ・)
 - (1 週間前から ・)
 - (2、3 週間前から)
 - ☐ 以前から
 - (1 ヶ月 ・)
 - (3 ヶ月 ・)
 - (それ以上)
- ◇ 原因は思いつきますか
 - ☐ はい
 - (水虫 ・ 虫刺され ・)
 - (かぶれ ・ 湿疹 ・ じんましん)
 - ☐ いいえ
- ◇ かゆみ以外で痛み、熱い、冷たい等感覚はありますか
 - ☐ はい (痛い ・ 熱い ・ 冷たい)
 - ☐ いいえ

目が疲れた、かすむ、かゆみ (眼の薬)

Checklist

- ◇ Mga sintomas sa mata
 - ☐ Pagod
 - ☐ Nanlalabo
 - ☐ Pananakit
 - ☐ Pangangati
 - ☐ Pamumula
 - ☐ Nagnanana
 - ☐ Nagluluha
 - ☐ Nanunuyo
- ◇ Kailan nagsimula ang sintomas?
 - ☐ 1 ~ 2 oras na nagdaan
 - ☐ Matagal na
- ◇ Mayroon ka bang iba pang sintomas?
 - ☐ Masakit na ulo
 - ☐ Pagsusuka
 - ☐ Ubo
 - ☐ Sinus pressure

確認事項 (チェックシート)

- ◇ 目の症状
 - ☐ 疲れた
 - ☐ かすむ
 - ☐ 痛い
 - ☐ かゆい
 - ☐ 充血している
 - ☐ 目やにが多く出る
 - ☐ 涙目
 - ☐ 乾燥
- ◇ いつからですか
 - ☐ 1 ~ 2 時間前
 - ☐ ずっと前
- ◇ 他に症状がありますか
 - ☐ 頭痛
 - ☐ 吐き気
 - ☐ 咳
 - ☐ 鼻炎症状

確認事項 Checklist

該当する項目にチェックを入れて下さい。

Paki-tsek ang mga kahon na pupwede sa lahat ng items.

1. どなたがクスリを使用するのですか。 年齢 (____ 歳)
Sino ang iinom ng gamot? Ilang taon (____ taon)
本人 本人以外
☐ Ako ☐ Ibang tao
2. 性別 (男性 ・ 女性)
Kasarian (☐ Lalaki ・ ☐ Babae)
3. 肝・腎・心・呼吸器・循環器疾患の既往歴があります。
☐ May medikal na kasaysayan ka ba sa mga sakit sa atay ・ bato ・ puso ・ respiratoryo ・ sirkulatoryo.
4. 喘息・リウマチ・糖尿病の既往歴があります。
☐ May medikal na kasaysayan ka ba sa hika ・ rayuma ・ diyabetis.
5. 前立腺肥大・緑内障の既往歴があります。
☐ May medikal na kasaysayan ka ba sa lumalaking prostate ・ glaucoma.
6. アスピリン喘息、胃腸障害の既往歴があります。
☐ May medikal na kasaysayan ka ba sa aspirin-induced asthma ・ gastroenteropathy.
7. 現在、服用中の薬や健康食品があります。
☐ Kasalukuyan ka bang umiinom ng gamot o pagkain na pangkalusugan.
8. 妊娠、授乳中です。
☐ Kasalukuyan ka bang nagdadalantao o nagpapasuso ng bata.
9. 薬で副作用を起こしたことがあります。
☐ May side effects ka ba sa kahit anong gamot?
10. 卵・牛乳のアレルギーを起こしたことがあります。
☐ May allergy ka ba sa itlog ・ gatas?
11. コンタクトレンズを使用しています。 (ソフト ・ ハード)
☐ Gumagamit ka ba ng contact lenses. (Malambot ・ Matigas)

服用上・使用上の注意事項

Dosis・Tagubilin sa Paggamit/Pag-inom

1. 1日 ____ 回 1回 ____ 個 1回 ____ ml
☐ ____ ilang beses araw-araw ☐ ____ pildoras bawat dosis ☐ ____ ml bawat dosis
2. 朝 昼 夕 寝る前
☐ umaga ☐ hapon ☐ gabi ☐ bago matulog
3. 食後に服用して下さい。
☐ Inumin matapos kumain.
4. 食前に服用して下さい。
☐ Inumin bago kumain.
5. コップ1杯のお水かぬるま湯で服用して下さい。
☐ Inumin na may kasamang isang basong tubig.
6. 痛む時に服用（使用）して下さい。
☐ Inumin (Gamitin) kapag nakaramdam ng pananakit.
7. 発熱時に服用（使用）して下さい。
☐ Inumin ito kapag may lagnat.
8. 便秘の時に服用（使用）して下さい。
☐ Inumin (Gamitin) ito kapag matigas ang iyong dumi.
9. 眠れないときに服用して下さい。
☐ Inumin ito kapag hindi ka makatulog.
10. 症状が強い時に服用して下さい。
☐ Inumin ito kapag lumalala ang sintomas.
11. このお薬を服用している間は、お酒は飲まないようにして下さい。
☐ Huwag uminom ng alak habang iniinom ang gamot na ito.
12. たばこは吸わないようにして下さい。
☐ Huwag manigarilyo.
13. ____ 時間以上空けてから、次の分を服用して下さい
☐ Inumin ang sumusunod na dosis ____ oras matapos inumin ang kasalukuyang dosis.
14. 錠剤をつぶしたり、カプセルを外さないでそのまま服用して下さい。
☐ Inumin na hindi dinudurog ang pildoras o tinatanggal sa kapsula.
15. 2～3日間で症状に改善がない場合には、病院に受診して下さい。
☐ Kung hindi bumuti ang sintomas sa loob ng 2-3 araw, kumonsulta sa doktor.
16. ____ 日間で症状に改善がない場合には、病院に受診して下さい。
☐ Kung hindi bumuti ang sintomas sa loob ng ____ araw, kumonsulta sa doktor.

使用法 Mga Direksyon

点眼薬 Pampatak sa mata

- ☆ コンタクトレンズをしたまま、使用しないで下さい。
Huwag ilagay kapag may suot na contact lenses.
- ☆ 目薬を使う前に手を綺麗に洗って下さい。
Hugasan ang kamay bago gamitin ang pampatak sa mata.
- ☆ 容器の先に手や指が触れないように注意して、キャップを外して下さい。
Alisin ng dahan-dahan ang takip na hindi nahahawakan ng kamay o daliri ang dulo ng bote/lalagyan.
- ☆ 目薬の容器の先端を出来るだけ瞼やまつ毛などに触れないように点眼をして下さい。
Huwag hayaan na ang dulo ng eye applicator ay masanggi ang talukap ng mata o pilik-mata.



図 1 figure 1

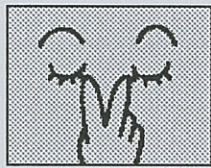


図 2 figure 2

坐薬 Mga suppositoryo

- ☆ なるべく排便後に使用して下さい。
Gamitin matapos dumumi.
- ☆ 肛門の奥に挿入して下さい。
Ipasak sa puwit.

塗り薬 Mga ointment.

- ☆ 患部に塗って（噴霧して）下さい。
I-apply (I-spray) ito sa apektadong lugar.
- ☆ 薄く塗っても効果があります。
Kahit konti lang ang i-apply ay mayroon epekto din.
- ☆ 目の周囲や、粘膜、傷口は避けて使用して下さい。
Huwag i-apply sa paligid ng mata, mucous membranes, o peklat.
- ☆ よく振ってから使用して下さい。
Alugin nang mabuti bago gamitin.

使用法 Mga direksyon

貼り薬 Transdermal patches

- ☆ 患部に貼って下さい。
I-apply sa mga apektadong lugar.
- ☆ 長時間、貼り続けるとかぶれる事があります。
Maaaring ma-irita ang balat kung i-apply nang matagal.
- ☆ 使用後は、袋をきちんと閉めておいて下さい。
Matapos gamitin, siguraduhin na isara nang maayos ang pakete.

うがい薬 Pang-mumog

- ☆ 水で薄めて使用して下さい。
Lagyan ng tubig bago gamitin.
- ☆ うがい液が洋服につくと、色がつきますので注意して下さい。
Ingatan na hindi malagyan ang damit dahil magiging mantya ito.

点鼻薬 Pampatak sa ilong

- ☆ 軽く鼻をかんでから使用して下さい。
Suminga ng mahina bago gamitin.

トローチ剤 Lozenges

- ☆ かまないで、口のなかでなめて下さい。
Huwag nguyain. Hayaan sa bibig hanggang matunaw.

副作用 Mga side effects

1. 眠気が現れることがあります。
☐ Maaaring maging sanhi ng pagkahilo.
2. 乗物又は機械類の運転操作をしないで下さい。
☐ Huwag magmaneho o magpa-andar ng kagamitan.
3. 発疹、発赤、かゆみが現れる事があります。
☐ Maaaring mag kroon ng pamamantal, pamumula, o pangangati ng balat.
4. 急な発熱、口の中・目・皮膚に異常がでたら使用を中止して薬の説明書を持参して病院に受診して下さい。
☐ Kung biglang magka-lagnat o magkaroon ng anumang di-karaniwang sintomas sa bibig, mata, o sa balat mo, itigil ang gamot at kumonsulta sa doktor. Siguraduhin na dalhin ang gamot at ang instruksiyon sa pag-inom.
5. 消化器症状（下痢、便秘、悪心、嘔吐、食欲不振など）が現れることがあります。
☐ Maaaring maging sanhi ng di-pagkakomportable sa tiyan (pagtatae, matigas na dumi, pagkahilo, pagsusuka, kawalan ng gana, atbp.).
6. 普段と違う症状が現れることがあります。
 （口が渇く、尿の出が悪くなる、頻回にトイレに行く、目のまぶしさやかすみ）
☐ Maaaring magkaroon ng iba pang sintomas.
 (pagka-uhaw, hirap sa pag-ihi, pabalik-balik sa banyo, nakararanas ang mata ng nasisilaw at panlalabo.).
7. めまいが現れることがあります。
☐ Maaaring maging sanhi ng pagkahilo.
8. 使用を中止して下さい。
☐ Itigil ang gamot.
9. 病院を受診して下さい。
☐ Kumonsulta sa doktor.

保管上の注意 Mga babala sa pagtago.

- ☆ 直射日光は避けて保管して下さい。
Itago malayo sa direktang init ng araw.
- ☆ 車内に薬は保管しないようにして下さい。
Huwag iwanan ang gamot mo sa loob ng kotse.
- ☆ 冷蔵庫に保管して下さい。
Itago ang gamot sa refrigerator.
- ☆ お子さんの手の届かない場所に保管して下さい。
Ilagay sa hindi maaabot ng mga bata.
- ☆ クスリ瓶、点眼薬、軟膏のチューブのふたはしっかり閉めて保管して下さい。
Siguraduhing nakasarang mabuti ang takip ng bote, pamatak sa mata at takip ng ointment bago itago.