Notebook

体 調 記 録

2021年3月作成(C-1)

子宮内膜症・子宮腺筋症で
ジエノゲスト錠1mg「トーワ」・ジエノゲストOD錠1mg「トーワ」
を服用される方へ

このノートについて

子宮内膜症・子宮腺筋症は個人差の大きい病気です。ご自分の症状と経過を把握するために、毎日の出血量や痛みを記録しておきましょう。

この記録ノートには、薬の服薬状況、出血量、痛みの程度などを記入することができます。診察時には記入した記録ノートを持参し、医師にご相談ください。

不正出血・貧血について

このお薬の服用中は、ほとんどの方は通常の月経が無くなりますが、子宮内膜が薄く剥がれやすい状態になるため、月経のような不正出血がみられることがあります。

出血量には個人差がありますが、**出血量が多く何日も続く場合**や**一度に大量出血が起こった場合**は貧血が起こる可能性があるため、すぐ医師にご相談ください。

記入のしかた

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

月

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

日付／曜日	／Mon	／Tue	／Wed	／Thu	／Fri	／Sat	／Sun
薬は飲んだ？							
・子宮内膜症の薬 ✓ ・子宮腺筋症の薬 ✓	□	□	□	□	□	□	□
・鎮痛薬	□	□	□	□	□	□	□
今、生理中？	□	□	□	□	□	□	□
出血量は？	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし	□多い □普通 □少ない □なし
下腹部や腰は痛い？	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い	□痛くない □まあまあ痛い □すごく痛い
●メモ （体調や気分など）							

Memo

わからないことや気になることがございましたら、
担当の医師や薬剤師にご相談ください。

●医療機関名

東和薬品株式会社