

## 漢方の診察法

当てはまる箇所に印をし、その横に詳細を記入

### 問診

(現在の体質)

寒熱

- 寒気、発熱
- 冷え性か暑がりか
- のぼせやほてり (顔・手足など)

汗

- 日常の汗のかき方 (ほとんどかかない・ダラダラとかく)
- 寝汗
- 寒気、発熱時の汗の有無

頭身

- 頭痛
- めまい、立ちくらみ
- 目の不調 (かすみ・疲れ・乾き・充血など)
- 鼻の不調 (鼻水・鼻づまりなど)
- 腰のだるさや痛み
- 手足や関節のしびれや痛み
- むくみ
- 肩こり、項骨のこりや痛み
- 疲労の度合い
- 寝つきのよさ
- 熟睡できているか
- 夢はどうか (たくさん見る・怖い夢を見るなど)
- 食後の眠気
- 月経の状態 (周期・期間・血量・血色・境)
- 月経痛
- 月経時 (前・中・後) の不調
- おりもの

便 (尿)

- 便の状態 (水様便・軟便・乾燥・硬い)

- 便秘
- 下痢と便秘を繰り返す
- ガスがたまりやすい
- 頻尿、夜間病
- 残尿感、排尿痛、排尿困難など

#### 飲食

- 食欲、おいしく食べられているか
- 過食や拒食の傾向
- 胃痛、胸やけなど
- 口の粘りや<sup>どんさん</sup>呑酸
- 食事時以外で口内に甘い、苦い、酸っぱいなど感じないか
- 食事（回数・時間・内容）
- 口内炎がしやすい

#### 胸・腹

- 胸痛
- 動悸、息切れなど
- 胸や脇、咽のつまった感じ
- 息苦しさ
- 腹部の張り、痛み
- 咳、痰
- 咽のつかえ

#### 耳（聾）

- 難聴や聴力の減退
- 耳鳴り

#### 口渇

- 口のかわき
- 冷飲と温飲、どちらを好むか
- 飲む水分量（かわいているのに飲めない・大量に飲む）

#### 旧病

- 今までかかった病気と服用した薬剤