排便日誌

お名前：

飲んでいる便秘薬

a：

b：

c：

便の状態・症状

性状

1. コロコロの便
2. 硬い便
3. やや硬い便
4. 普通便
5. やや軟らかい便
6. 泥（どろ）のような便
7. 水のような便

量

少 少ない　ふ ふつう　多 多い

症状

A 腹痛がある
B 腹部膨満感がある
C 腹部不快感がある
D お腹が鳴る

E 食欲不振
F 気分が悪い

G 排便時に痛みがある
H 排便時に出血がある

I 排便後にも残便感がある

月	排便時間 0 6 12 18 24 なし	便の状態・症状 性状 量 症状	薬を飲んだ時間 朝 昼 夜	気づいたこと
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				

月	排便時間 0 6 12 18 24 なし	便の状態・症状 性状 量 症状	薬を飲んだ時間 朝 昼 夜	気づいたこと
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				
日（　）				