

日常生活状況報告書（例）

起床時

- ・ 安静時でも首の痛みと右上肢の痺れがあり、痛みと痺れで目が覚めます。
- ・ 起き上がる際には、首の痛み又は右上肢の痺れが増す為、負担がかからないように左手で身体を支えて起き上がるようにしています。
- ・ 身支度の際にも、首の痛みと右上肢の痺れが増す為、なるべく首や右上肢に負担のかからない様に洋服を着る工夫をしています。

飲食時

- ・ 首の痛み、右上肢の痺れが増す為、うまく箸や茶碗、コップ等を持つことができないため取っ手のついた食器に変えたり、飲み物を飲む際には、ストローを使用したり、なるべく負担のかからない様に工夫しています。
- ・ 右上肢に痛みと痺れがある為、力を入れてジャム等の瓶の蓋を力を入れて開けることができないため、なるべく人に頼んで開けてもらう様に工夫しています。

入浴時

- ・ 洗髪する際に、右上肢に痛みと痺れが増す為、洗髪する際には、なるべく左手を使用して洗髪しています。
- ・ シャワーを浴びる際には、首の痛みと右上肢の痺れが増す為、右手でシャワーヘッドを持って水が身体にあたる位置を調節することができず、左手でシャワーヘッドを持つように工夫しています。

勤務時および家事労働時

- ・ 常に首の痛みと右上肢の痺れがある為、以前のように長時間の勤務ができなくなり、業務に支障をきたしております。
- ・ 右上肢に痛みと痺れがある為、右手で軽い鞆を持つこともできません。なるべく左手で持つように工夫しておりますが、とても不自由な思いをしております。

就寝時

- ・ 寝返りをうつと首の痛みと右上肢の痺れが増す為、そのたびに痛みで目が覚め、深い睡眠をとることができなくなりました。

以上の通り、日常生活及び労働能力に支障がでております。

日常生活状況報告書

令和 年 月 日

氏名 _____ ㊞

起床時

- ・
- ・
- ・

飲食時

- ・
- ・
- ・

入浴時

- ・
- ・
- ・

勤務時および家事労働時

- ・
- ・
- ・

就寝時

- ・
- ・
- ・

以上の通り、日常生活及び労働能力に支障がでております。