



症状変化  
確認リスト  
つき

多発性硬化症（MS）と診断された方へ

# MS My Life

あなたの「これから」のために、**今を知る**

 **NOVARTIS**

監修

福島県立医科大学 多発性硬化症治療学講座 教授/  
一般財団法人 脳神経疾患研究所  
多発性硬化症・視神経脊髄炎センター センター長  
**藤原 一男** 先生

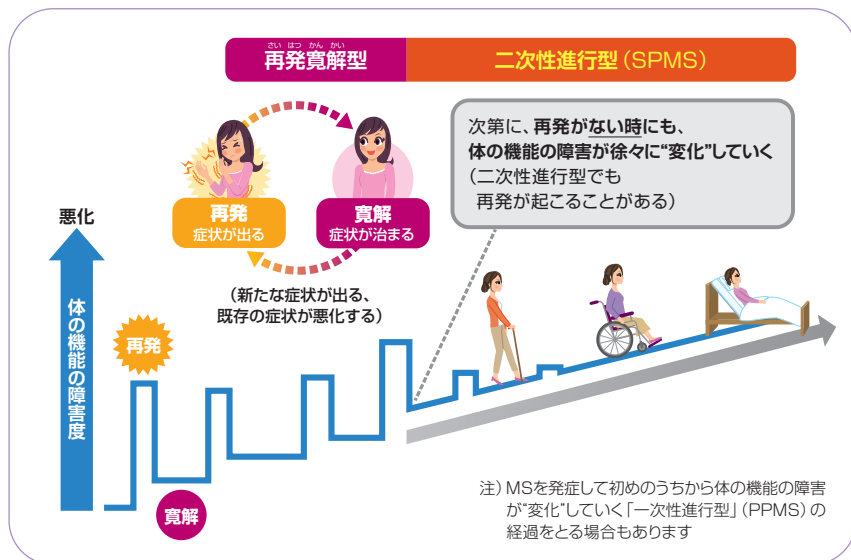
# 症状に“変化”がみられ始めたら 早めに主治医に相談

多発性硬化症（MS）では、多くの場合、再発と寛解を繰り返す「再発寛解型」の経過をたどりますが、次第に再発がない時にも、体の機能の障害が“変化”し、生活の負担度が増していくことも珍しくありません。

最近、あなたの症状に“変化”はみられませんか？

“変化”の有無や詳細を知ることは、今のあなたの状態を確認し、あなたに適した治療法を再検討する上で、大変参考になります。

## ● MSの自然経過 [イメージ図]



Giovannoni G et al: Mult Scler Relat Disord 9 Suppl 1: S5-S48, 2016より改変

『症状変化確認リスト』(右頁)を活用するなどして、  
あなたの症状に  
“変化”がみられ始めたら、  
早めに主治医に相談しましょう！



# 症状変化確認リスト

 - Check  
Now

【確認日】 20\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日 (\_\_\_\_)

【医療機関までの通院手段】 \_\_\_\_\_

【通院にかかった時間】 約\_\_\_\_時間\_\_\_\_分

Q

3～6カ月前と比べて、  
あなたの症状や生活に“変化”がないか確認しましょう

● **症状で困ることはありますか？**（症状の具体例は裏面をご覧ください）

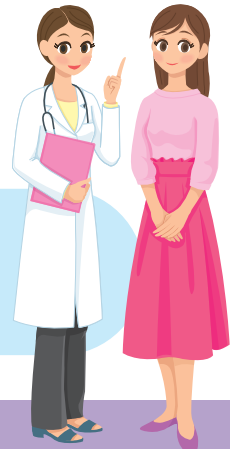
- |  |                                 |
|--|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 疲労感           | <input type="checkbox"/> しびれ・痛み |
| <input type="checkbox"/> 歩きにくさ         | <input type="checkbox"/> 排尿・排泄  |
| <input type="checkbox"/> 注意力の低下・忘れっぽさ  | <input type="checkbox"/> 眼の症状   |
| <input type="checkbox"/> その他 ( _____ ) |                                 |

● **日常生活での負担は増えていませんか？**

- 学校や仕事を休むことがあった
- 外出などの予定をキャンセルすることが増えた
- 家事にかかる時間が増えた、やりにくくなった
- いつもの移動（通勤、通学、買い物など）に、より時間がかかるようになった
- 1日の歩数、歩行距離が減った
- 症状を抑えるためのお薬が増えた
- 家族のサポートが必要になった
- その他 ( \_\_\_\_\_ )

ご自身の状態や現在の治療法などについて、  
**気になる点があれば、いつでも主治医にご相談ください**  
（1つでも☑がいたら、こちらの確認リストを主治医にお見せください）

体の機能の障害の“進行”を抑え、  
今の状態を少しでも長く維持するためには、  
あなたに適した治療法をきちんと継続することが大切です



# 3～6カ月前と比べて、あなたの症状に “変化”がないか確認しましょう

## ●MSでみられやすい主な症状

### 疲労感



ひどく疲れやすく、家に帰ると  
電池が切れたようになる

### 歩行



片足立ちができない  
(バランスが取りにくい など)



以前より歩ける距離が  
短くなった など

### 認知機能



集中することが難しい



忘れっぽい など

### 排尿・排泄



トイレが近い など

### 運動



物をつかむことが難しい  
(お箸、ペン、携帯電話 など)



手が震える



顔面、体、腕、足が  
しびれる など

気になる症状があれば、何でも主治医にご相談ください

MSに関する情報やお役立ち情報などは、下記webサイトでご覧いただけます！

～多発性硬化症に関する情報を紹介するサイト～

**多発性硬化症.jp**

多発性硬化症.jp

検索

