

# HADS 高値時の PT 対応シート

A4 / 1 ページ

5分フローと3行記録を1枚で整理できる、記事連動型の臨床用シートです。

## 基本情報

患者 ID		評価日	
評価者		場所	
HADS (A/D)		主症状	

## 前提確認

- 痛み                       息苦しさ  
 不眠・疲労               環境・説明  
主症状1つに絞って記入

## 最小ゴール・終了条件

今日の最小ゴール

終了条件

やる → 休む

## 進まない日の5分フロー

手順	見ること	その場の一言	記入欄
1	主症状を1つに絞る	今日は何がいちばんつらいですか	_____
2	最小ゴールを決める	今日はここまで大丈夫です	_____
3	終了条件を共有する	増えたらすぐ止めます	_____
4	やる → 休むを固定する	2分やって1分休みます	_____
5	1指標だけ残す	今日できた1つを残します	_____

## 3行記録

状況	HADS (A/D) ・ 主症状 ・ 当日の前提条件
反応	恐怖 / 回避 / 意欲低下 ・ どこまで可能 / 中止理由
対応	小刻み化 / 終了条件 / 相談先 / 次回の確認点

## 共有・再評価メモ

共有先・相談事項

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

次回に確認すること

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_