

膝の整形外科テスト記録シート v2

本紙は記録補助用です。確定診断ではなく、安全確認・仮説・所見・再評価条件の共有に使用します。

患者ID		評価日	
評価者		場所	
受傷機転・主訴		荷重可否・補助具	

評価前に固定する6項目（再評価条件をそろえる）		
固定項目	チェック / 記入	メモ
レッドフラッグ	☐ 骨折疑い ☐ 感染疑い ☐ 著明な変形/不安定性 ☐ 医師共有	
受傷機転・発症様式	☐ 非接触 ☐ 接触 ☐ 捻転 ☐ 反復/明確な外傷なし	
荷重条件・補助具	☐ 全荷重 ☐ 部分荷重 ☐ 免荷 ☐ 介助/補助具あり	
疼痛部位・強さ	☐ 前面 ☐ 内側 ☐ 外側 ☐ 後面 NRS ____ / 10	
腫脹・水腫・熱感	☐ 腫脹 ☐ 水腫 ± / + / ++ ☐ 熱感 ☐ 急速な腫れ	
ROM・比較条件	☐ 屈曲 ____ ° ☐ 伸展 ____ ° ☐ 左右比較 ☐ 同条件で再評価	

仮説別の最小セット記録（全部やらず、疑う領域へ絞る）			
領域（仮説）	まず確認 / 選択テスト	判定 / 所見	1行記録・根拠メモ
骨折 / 緊急性	外傷機転・荷重可否・骨性圧痛 急性外傷ではOttawa Knee Ruleの適用可否を確認		
水腫 / 関節内反応	視診・触診・膝蓋跳動など 腫脹・熱感・ROMと合わせて判断		
半月板	関節裂隙痛・機械症状を確認 McMurray / Thessaly / Apleyから条件に合わせて選択		
ACL	Lachmanで前方移動・終末感を左右比較 必要時：前方引き出し / Pivot shiftなど		
PCL	Sagging徴候 + 後方引き出し 必要時：Quadriceps active test		
MCL / LCL	外反・内反ストレス：20～30 ° 前後と0 ° 角度ごとの開大・終末感・痛みを分けて記録		
膝蓋大腿痛	膝蓋周囲/後面痛 + スクワット・階段で症状再現 不安感が主なら膝蓋骨不安定性を別評価		
優先仮説 / 共有	最も疑う領域 / 次の一手 / 医師共有の要否		

再評価メモ（条件差・介入/負荷変更・次回評価）	
再評価日： _____ 条件差： _____	
介入・負荷変更： _____	
次回確認する所見 / 相談事項： _____	