

# Plan de tratamiento de enfermedades relacionadas con el estilo de vida - Formulario inicial/ Lifestyle Disease Treatment Plan - Initial Form/生活習慣病 療養計画書 初回用

(Fecha de llenado/Date of entry/記入日:

Año/Year/年

Mes/Month/月

Día/Day/日)

Nombre del paciente/ Patient name/患者氏名:	(Masculino/Male/男・ Femenino/Female/女)
Fecha de nacimiento/ Date of birth/生年月日:	Año/Year/年 Mes/Month/月 Día/Day/日 (Edad/Age/年齢: )

Enfermedad principal/Primary condition/主病:
<input type="checkbox"/> Diabetes/Diabetes/糖尿病
<input type="checkbox"/> Hipertensión/Hypertension/高血圧症
<input type="checkbox"/> Dislipidemia/Dyslipidemia/脂質異常症

Propósito: Entender los resultados de las pruebas e identificar problemas en su estilo de vida para establecer objetivos/  
Aim: To understand test results and identify personal lifestyle issues to set goals/  
ねらい: 検査結果を理解できること・自分の生活上の問題点を抽出し、目標を設定できること

【Objetivos / Targets / 目標】	<input type="checkbox"/> Peso/Weight/体重: (      ) kg <input type="checkbox"/> BMI: (      ) <input type="checkbox"/> HbA1c: (      ) % <input type="checkbox"/> Presión sanguínea sistólica/diastólica/Systolic/Diastolic blood pressure/収縮期/拡張期血圧 (      /      mmHg)
	<b>【①Objetivos de logro/Achievement targets/達成目標】: Objetivos discutidos con el paciente/Targets discussed with patient/患者と相談した目標</b> (      ) <b>【②Objetivos de acción/Behavioral targets/行動目標】: Objetivos discutidos con el paciente/Targets discussed with patient/患者と相談した目標</b> (      )
【Áreas de enfoque y elementos de orientación / 重点を置く領域と指導項目】	<input type="checkbox"/> Dieta/ Diet/ 食事 <input type="checkbox"/> Optimizar la cantidad de alimentos ingerida/Optimize food intake/食事摂取量を適正にする <input type="checkbox"/> Reducir el consumo de sal y condimentos/Reduce salt and seasonings/食塩・調味料を控える <input type="checkbox"/> Aumentar el consumo de vegetales, hongos, algas y otras fuentes de fibra/ Increase intake of vegetables, mushrooms, seaweed, and other dietary fiber/野菜・きのこ・海藻など食物繊維の摂取を増やす <input type="checkbox"/> Reducir el consumo de comidas que utilizan aceite (frituras, saltados, etc.)/ Reduce intake of dishes using oil (fried foods, stir-fries, etc.)/油を使った料理 (揚げ物や炒め物等) の摂取を減らす <input type="checkbox"/> Consumir alcohol con moderación/Moderate alcohol/節酒: [Reducir/Reduce/減らす (Tipo/type/種類:      ) •Cantidad/amount/量: (      ) veces por semana/times per week/回/週] <input type="checkbox"/> Tentempiés/Snacks/間食: [Reducir/Reduce/減らす (Tipo/type/種類:      ) •Cantidad/amount/量: (      ) veces por semana/times per week/回/週] <input type="checkbox"/> Forma de comer/Eating habits/食べ方: (Comer despacio/eat slowly/ゆっくり食べる •Otro/other/その他 (      ) ) <input type="checkbox"/> Hora de comer/Meal times/食事時間: Desayunar, almorzar y cenar en un horario regular/Have breakfast, lunch, and dinner regularly/朝食、昼食、夕食を規則正しくとる <input type="checkbox"/> Consideraciones para comer fuera/Points to note when dining out/外食の際の注意事項 (      ) <input type="checkbox"/> Otros/Other/その他 (      )
	<input type="checkbox"/> Ejercicio/ Exercise/ 運動 <input type="checkbox"/> Receta de ejercicios/Exercise prescription/運動処方: Tipo/type/種類 (caminata/walking/ウォーキング・      ) Duración/Duration/時間 (30 minutos o más/30 minutes or more/30分以上・      ) Frecuencia/Frequency/頻度 (Casi diariamente/almost daily/ほぼ毎日・ (      ) días por semana/days a week/日/週) Intensidad/Intensity/強度 (Respiración acelerada pero capaz de conversar/slightly breathless but able to converse/息がはずむが会話が必要な強さ OR      ) Pulso/pulse/脈拍 (      ) latidos/minuto/beats/min/拍/分 (      ) <input type="checkbox"/> Aumentar el nivel de actividad diaria/Increase daily activity level/日常生活の活動量増加 (P. ej./example/例: 10 000 pasos por día/10,000 steps per day/1日1万歩・      ) <input type="checkbox"/> Consideraciones para el ejercicio, etc./Exercise precautions, etc./運動時の注意事項など (      )
	<input type="checkbox"/> Tabaco/ Smoking/ たばこ <input type="checkbox"/> No fumador/Non-smoker/非喫煙者である <input type="checkbox"/> Ventajas de dejar de fumar/fumar menos/Benefits of quitting/reducing smoking/禁煙・節煙の有効性 <input type="checkbox"/> Métodos para dejar de fumar, etc./Methods for quitting smoking, etc./禁煙の実施方法等
	<input type="checkbox"/> Otros/ Other/ その他 <input type="checkbox"/> Trabajo/Work/仕事 <input type="checkbox"/> Tiempo libre/Leisure/余暇 <input type="checkbox"/> Asegurar un sueño adecuado/Ensure adequate sleep/睡眠の確保 (Calidad/cantidad/quality/quantity/質・量) <input type="checkbox"/> Bajar de peso/Weight reduction/減量 <input type="checkbox"/> Medir en casa/Home measurements/家庭での計測 (nro. de pasos, peso, presión sanguínea, cintura, etc./step count, weight, blood pressure, waist circumference, etc./歩数、体重、血圧、腹囲等) <input type="checkbox"/> Otros/Other/その他 (      )
【Pruebas / Tests / 検査】	<b>【Ítems de prueba de sangre/Blood test items/血液検査項目】</b> (Fecha de toma de muestra/Blood drawn date/採血日: Mes/Month/月      Día/Day/日)
	<input type="checkbox"/> Glucosa en sangre/ ( <input type="checkbox"/> En ayuno/fasting/空腹時 <input type="checkbox"/> Aleatorio/random/随時 <input type="checkbox"/> Colesterol total/Total cholesterol/総コレステロール (      ) mg/dl Blood glucose/血糖 <input type="checkbox"/> Después de comer/post-meal/食後 (      ) horas/hours/時間) <input type="checkbox"/> Triglicéridos/Triglycerides/中性脂肪 (      ) mg/dl (      ) mg/dl <input type="checkbox"/> Colesterol HDL/HDL cholesterol/HDLコレステロール (      ) mg/dl <input type="checkbox"/> HbA1c: (      ) % <input type="checkbox"/> Colesterol LDL/LDL cholesterol/LDLコレステロール (      ) mg/dl ※ No requiere llenado si se entregó los resultados de la prueba de sangre/ No need to fill in if blood test results are handed over/血液検査結果を手交している場合は記載不要 <input type="checkbox"/> Otros/Other/その他 (      )
	<b>【Otros/Other/その他】</b> <input type="checkbox"/> Estado nutricional/Nutritional status/栄養状態 (Riesgo de malnutrición/Risk of malnutrition/低栄養状態の恐れ:      Bueno/Good/良好      Obeso/Obese/肥満) <input type="checkbox"/> Otros/Other/その他 (      )

※ Macar el recuadro  de los ítems a implementar y llenar los detalles entre los paréntesis (      ) /

For implementation items, check  and fill in (      ) with specific details/実施項目は、 にチェック、(      )内には具体的に記入

Firma del paciente/Patient signature/患者署名

Nombre del médico/Doctor's name/医師氏名

Plan de tratamiento de enfermedades relacionadas con el estilo de vida - Formulario de continuación/  
Lifestyle Disease Treatment Plan - Continuation Form/生活習慣病 療養計画書 継続用

(Fecha de llenado/Date of entry/記入日: Año/Year/年 Mes/Month/月 Día/Day/日) ( ) vez/time/回目

Nombre del paciente/ Patient name/患者氏名:	(Masculino/Male/男・ Femenino/Female/女)	Enfermedad principal/Primary condition/主病: <input type="checkbox"/> Diabetes/Diabetes/糖尿病 <input type="checkbox"/> Hipertensión/Hypertension/高血圧症 <input type="checkbox"/> Dislipidemia/Dyslipidemia/脂質異常症
Fecha de nacimiento/ Date of birth/生年月日:	Año/Year/年 Mes/Month/月 Día/Day/日 (Edad/Age/年齢: )	

Propósito: Conocer el progreso hacia los objetivos prioritarios y dedicarse a reestablecer objetivos y mejorar el estilo de vida según lo indicado/  
Aim: To understand progress toward priority goals and work on resetting goals and improving lifestyle habits as instructed/  
ねらい: 重点目標の達成状況を理解できること・目標再設定と指導された生活習慣改善に取り組めること

【Objetivos / Targets / 目標】	【Objetivos/Targets/目標】 <input type="checkbox"/> Peso/Weight/体重:( kg) <input type="checkbox"/> BMI:( ) <input type="checkbox"/> HbA1c:( %) <input type="checkbox"/> Presión sanguínea sistólica/diastólica/Systolic/Diastolic blood pressure/収縮期/拡張期血圧 ( / mmHg)
	【①Estado de logro de objetivos/Target achievement status/目標の達成状況】 ( )
	【②Objetivos de logro/Achievement targets/達成目標】:Objetivos discutidos con el paciente/Targets discussed with patient/患者と相談した目標 ( )
	【③Objetivos de acción/Behavioral targets/行動目標】:Objetivos discutidos con el paciente/Targets discussed with patient/患者と相談した目標 ( )

【Áreas de enfoque y elementos de orientación / Priority areas and guidance items / 重点を置く領域と指導項目】	<input type="checkbox"/> Dieta/ Diet/ 食事 <input type="checkbox"/> Ninguna indicación necesaria esta vez/No guidance needed this time/今回は、指導の必要なし <input type="checkbox"/> Optimizar la cantidad de alimentos ingerida/Optimize food intake/食事摂取量を適正にする <input type="checkbox"/> Reducir el consumo de sal y condimentos/Reduce salt and seasonings/食塩・調味料を控える <input type="checkbox"/> Aumentar el consumo de vegetales, hongos, algas y otras fuentes de fibra/ Increase intake of vegetables, mushrooms, seaweed, and other dietary fiber/野菜・きのこ・海藻など食物繊維の摂取を増やす <input type="checkbox"/> Reducir el consumo de comidas que utilizan aceite (frituras, saltados, etc.)/ Reduce intake of dishes using oil (fried foods, stir-fries, etc.)/油を使った料理 (揚げ物や炒め物等)の摂取を減らす <input type="checkbox"/> Consumir alcohol con moderación/Moderate alcohol/節酒: [Reducir/Reduce/減らす (Tipo/type/種類: ) Cantidad/amount/量:( ) veces por semana/times per week/回/週] <input type="checkbox"/> Tentempiés/Snacks/間食: [Reducir/Reduce/減らす (Tipo/type/種類: ) Cantidad/amount/量:( ) veces por semana/times per week/回/週] <input type="checkbox"/> Forma de comer/Eating habits/食べ方:(Comer despacio/eat slowly/ゆっくり食べる・Otro/other/その他 ( ) ) <input type="checkbox"/> Hora de comer/Meal times/食事時間:Desayunar, almorzar y cenar en un horario regular/Have breakfast, lunch, and dinner regularly/朝食、昼食、夕食を規則正しくとる <input type="checkbox"/> Consideraciones para comer fuera/Points to note when dining out/外食の際の注意事項 ( ) <input type="checkbox"/> Otros/Other/その他 ( )
	<input type="checkbox"/> Ejercicio/ Exercise/ 運動 <input type="checkbox"/> Ninguna indicación necesaria esta vez/No guidance needed this time/今回は、指導の必要なし <input type="checkbox"/> Receta de ejercicios/Exercise prescription/運動処方:Tipo/type/種類 (caminata/walking/ウォーキング・ ) Duración/Duration/時間 (30 minutos o más/30 minutes or more/30分以上・ ) Frecuencia/Frequency/頻度 (Casi diariamente/almost daily/ほぼ毎日・( ) días por semana/days a week/日/週) Intensidad/Intensity/強度 (Respiración acelerada pero capaz de conversar/slightly breathless but able to converse/息がはずむが会話可能な強さ OR Pulso/pulse/脈拍 ( ) latidos/minuto/beats/min/拍/分 OR ) <input type="checkbox"/> Aumentar el nivel de actividad diaria/Increase daily activity level/日常生活の活動量増加 (P. ej./example/例: 10 000 pasos por día/10,000 steps per day/1日1万歩・ ) <input type="checkbox"/> Consideraciones para el ejercicio, etc./Exercise precautions, etc./運動時の注意事項など ( )
	<input type="checkbox"/> Tabaco/ Smoking/ たばこ <input type="checkbox"/> Ventajas de dejar de fumar/fumar menos/Benefits of quitting/reducing smoking/禁煙・節煙の有効性 <input type="checkbox"/> Métodos para dejar de fumar, etc./Methods for quitting smoking, etc./禁煙の実施方法等
	<input type="checkbox"/> Otros/ Other/ その他 <input type="checkbox"/> Trabajo/Work/仕事 <input type="checkbox"/> Tiempo libre/Leisure/余暇 <input type="checkbox"/> Asegurar un sueño adecuado/Ensure adequate sleep/睡眠の確保 (Calidad/cantidad/quality/quantity/質・量) <input type="checkbox"/> Bajar de peso/Weight reduction/減量 <input type="checkbox"/> Medir en casa/Home measurements/家庭での計測 (nro. de pasos, peso, presión sanguínea, cintura, etc./step count, weight, blood pressure, waist circumference, etc./歩数、体重、血圧、腹囲等) <input type="checkbox"/> Otros/Other/その他 ( )

【Pruebas / Tests / 検査】	【Ítems de prueba de sangre/Blood test items/血液検査項目】 (Fecha de toma de muestra/Blood drawn date/採血日: Mes/Month/月 Día/Day/日) <input type="checkbox"/> Glucosa en sangre/ ( <input type="checkbox"/> En ayuno/fasting/空腹時 <input type="checkbox"/> Aleatorio/random/随時 ) <input type="checkbox"/> Colesterol total/Total cholesterol/総コレステロール ( mg/dl) Blood glucose/血糖 <input type="checkbox"/> Después de comer/post-meal/食後 ( ) horas/hours(時間) <input type="checkbox"/> Triglicéridos/Triglycerides/中性脂肪 ( mg/dl) ( mg/dl) <input type="checkbox"/> Colesterol HDL/HDL cholesterol/HDLコレステロール ( mg/dl) <input type="checkbox"/> HbA1c: ( % ) <input type="checkbox"/> Colesterol LDL/LDL cholesterol/LDLコレステロール ( mg/dl) ※ No requiere llenado si se entregó los resultados de la prueba de sangre/ No need to fill in if blood test results are handed over/血液検査結果を手交している場合は記載不要 <input type="checkbox"/> Otros/Other/その他 ( )
	【Otros/Other/その他】 <input type="checkbox"/> Estado nutricional/Nutritional status/栄養状態 (Riesgo de malnutrición/Risk of malnutrition/低栄養状態の恐れ: Bueno/Good/良好 Obeso/Obese/肥満) <input type="checkbox"/> Otros/Other/その他 ( )

※ Macar el recuadro  de los ítems a implementar y llenar los detalles entre los paréntesis ( )/

For implementation items, check  and fill in ( ) with specific details/実施項目は、 にチェック、( )内には具体的に記入

Firma del paciente/Patient signature/患者署名

Nombre del médico/Doctor's name/医師氏名

Se confirmó que el paciente comprendió plenamente el contenido del plan de tratamiento tras recibir una explicación sobre el mismo./

Confirmed that the patient understood the contents of the treatment plan after receiving explanation./患者が療養計画書の内容について説明を受けた上で十分に理解したことを確認した。

(Nótese que, si es el médico responsable quien marca los ítems mencionados, se puede omitir la firma del paciente./

When the attending physician has checked the above items, the patient's signature may be omitted./なお、上記項目に担当医がチェックした場合については患者署名を省略して差し支えない)