症状 ◉服薬状況 ＼ 日付	1日目 ／	2日目 ／	3日目 ／	4日目 ／	5日目 ／	6日目 ／	7日目 ／	チェックポイント
熱 総合感冒薬／漢方薬 解熱薬（アセトアミノフェン） ◉薬名（　　）	℃	℃	℃	℃	℃	℃	℃	薬 38℃以上で不快 診 インフルエンザかも（急な高熱）
くしゃみ・鼻水 総合感冒薬／漢方薬 鼻炎用薬 ◉薬名（　　）								診 細菌感染してるかも （黄色や黄緑色）
鼻づまり 総合感冒薬／漢方薬 鼻炎用薬 ◉薬名（　　）								診 細菌感染かも（黄色や黄緑色） 診 副鼻腔炎かも（頬に圧痛）
喉の痛み 総合感冒薬／漢方薬 解熱鎮痛薬／うがい薬／消炎薬 ◉薬名（　　）								診 溶連菌感染かも（扁桃腫大 咳のない高熱・リンパ腫れ） 診 口が開けにくい・息苦しい
咳 総合感冒薬／漢方薬 鎮咳薬／去痰薬 ◉薬名（　　）								薬 乾いた咳で体力が消耗する 診 肺炎かも（鼻水のない高熱） 診 喘息かも（喘鳴・呼吸困難）
痰 総合感冒薬／漢方薬 去痰薬／鎮咳薬 ◉薬名（　　）								薬 痰の絡んだ咳が出る 診 細菌感染かも（黄色や黄緑色）
その他 下痢・嘔吐・身体の痛み・発疹など								

平熱　　℃