

毎日の健康状態チェックシート

■目の状態について

- 1.目ヤニが出ていたり、充血したりしていませんか？
- 2.安静にしているとき、目が上下左右に揺れていませんか？
- 3.目に力がなく、ぼんやりしていませんか？
- 4.目を開けにくそうにいませんか？
- 5.涙がたくさん流れていませんか？
- 6.足で掻いたり、床に目をこすりつけたりしていませんか？

■鼻の状態について

- 1.鼻から鼻水、鼻血、鼻膿汁などが出ていませんか？
- 2.くしゃみをくり返していませんか？
- 3.長時間にわたって鼻が乾燥していませんか？
- 4.鼻息がいつもより荒く感じることはありませんか？
- 5.いびきのような音が聞こえていませんか？

■耳の状態について

- 1.耳（頭）を振ったり、耳を掻いたりしていませんか？
- 2.耳から嫌な臭いがしていませんか？
- 3.耳が腫れたり、熱をもったりしていませんか？
- 4.声をかけても聞こえていない様子はありますか？
- 5.耳の外側ないし内側から出血していませんか？

■口・歯の状態について

- 1.よだれが垂れていたり、口臭がきつくありませんか？
- 2.足で掻いたり、口元を気にしている様子はありますか？
- 3.口内の粘膜や歯茎が青白くありませんか？
- 4.歯茎を押してみたとき、一秒以内に元に戻りますか？
- 5.歯茎が腫れていたり、出血したりしていませんか？
- 6.歯がぐらついていませんか？

歯茎を見たり、触ったりすることをいやがる子もいます。無理のない範囲で確認しましょう。

■腹部の状態について

- 1.おなかが腫れたり、膨らんだりしていませんか？
- 2.おなかまわりで触ると嫌がる場所はありませんか？
- 3.雌：乳房が腫れていたり、しこりがあったりしていませんか？
- 4.肋骨の形がわかるほど痩せていませんか？

■喉・呼吸の状態について

【呼吸数】

犬：1分間に約15～30回／猫：1分間に約20～35回

- 1.咳をしたり、くしゃみをしたリしていませんか？
- 2.呼吸をする際、変な音や苦しむ様子はありますか？
- 3.呼吸の回数が平均呼吸数を超えて荒くありませんか？
- 4.運動もしていないのに呼吸が荒くなっていませんか？
- 5.呼吸時にゼーゼーなどの異音が聞こえませんか？
- 6.呼吸と同時に身体が震えたりしていませんか？
- 7.猫：鼻孔が広がったり、開口呼吸をしていませんか？

■足の状態について

- 1.足を引きずったり、かばったりする様子はありますか？
- 2.異常に足の一部や肉球を気にして舐めていませんか？
- 3.爪が割れたり、爪から血が出たりしていませんか？
- 4.ケガや毛が抜けている場所はありませんか？
- 5.足の一部や関節が腫れていませんか？

■皮膚の状態について

- 1.フケ、発疹、湿疹、かさぶた、膿などはありませんか？
- 2.皮膚に膨らみやしこりはありますか？
- 3.ブラッシングをしても嫌がりませんか？
- 4.自分の体に噛みついたりしていませんか？
- 5.身体のだこかを床や壁に擦りつけていませんか？
- 6.毛が抜けている場所はありませんか？
- 7.皮膚の一部あるいは全部にくさい場所はありませんか？
- 8.皮膚が黄色がかったり、赤い斑点があったりしていませんか？

■しっぽ・肛門の状態について

- 1.しっぽはいつも通りの格好をしていますか？
- 2.しっぽはいつも通りに動きますか？
- 3.肛門周囲が腫れたり、ただれたりしていませんか？
- 4.肛門やしっぽにうんちが付着したりしていませんか？
- 5.おしりを床に擦りつけるような様子はありますか？

■生殖器の状態について

- 1.陰茎から膿のような分泌物が出ていませんか？
- 2.生殖器周囲にしこりや腫れはありませんか？
- 3.陰部から膿状のおりものが出ていませんか？
- 4.生殖器から赤黒い出血をしていませんか？

毎日の健康状態チェックシート

■吐き気について

1. 頻繁に吐いたり、吐いた後ぐったりしていませんか？
2. 吐いたものに血や異物が混ざっていませんか？
3. 吐いたものからうんちの匂いがしませんか？
4. 吐き気が続いていませんか？
5. 吐く以外にも下痢や発熱などの症状がありませんか？

■食事量・飲水量について

1日の飲水量の目安は、体重1kgあたり40～60ml

1. 食事の量が極端に増えたり減ったりしていませんか？
2. 急にご飯を食べなくなったりしていませんか？
3. においを嗅ぐけど食べないことはありませんか？
4. 食べるときにポロポロと口からこぼしていませんか？
5. たくさん食べているのに痩せていませんか？
6. 飲水量が極端に少なく、または多くなっていますか？

■全身の状態について

【正常な心拍数】

成犬：毎分70～160回／猫：毎分90～240回

【平熱】

犬：37.5～39℃／猫：38～39℃

1. 触って嫌がる場所はありませんか？
2. 腫れたり、炎症が起きたりしている場所はありませんか？
3. 痒がったり、気にしたりしている場所はありませんか？
4. イボやできもの、しこりなどはありませんか？
5. けだるそうな様子はありませんか？
6. 目や口のまわりにむくみ（指で押ししても戻らない）はありませんか？
7. 心拍が乱れていたり、心拍数がいつもより速かったりしませんか？
8. おなかを守るような姿勢で背中を丸めてじっと動かない様子はありませんか？
9. 散歩に行くのを嫌がったり、途中で座り込んだりしていませんか？
10. 突然大きな声で吠えたり威嚇したり、今までしなかったようなことをしていませんか？
11. 40℃を超える発熱がありませんか？
12. つまんだ皮膚が戻るのに1.5秒以上かかりませんか？

心拍数や体温を測ったり、皮膚が戻るのを待ったりする間、じっとしておくことが苦手な子もいます。無理やり押さえてつけてしまうと心拍数なども正しく測れなくなりますので無理はしないようにしてくださいね。

■おしっこについて

1日のおしっこ量の目安は、体重1kgあたり20～45ml

1. おしっこの量や回数がいつもより少なく、または多くなっていますか？
2. おしっこに濁りはありますか？
3. おしっこの色が赤みがありませんか？
4. いつもと違うにおいがしませんか？
5. トイレ以外の場所でおしっこをしていませんか？
6. トイレに出たり入ったりをくり返していませんか？

■うんちについて

1. うんちの色が赤く、または黒くなっていますか？
2. いつもと違う臭いがしませんか？
3. 下痢を起こしていたり、下痢が続いたりしていませんか？
4. 便秘（便が硬く、強くいきまないとうんちが出ない状態）になっていませんか？
5. うんちの中に虫がいませんか？
6. トイレ以外の場所でうんちをしていませんか？
7. トイレに出たり入ったりをくり返していませんか？

すべてを毎日細かく確認する必要はありません。

まずは「いつもと違う様子がないか」を見ることから始めてみましょう。

触られるのを嫌がる子には無理をせず、気になる変化があれば動物病院へ相談してください。

ペットの名前

チェックした日

気になるところ
病院で診てほしいところ