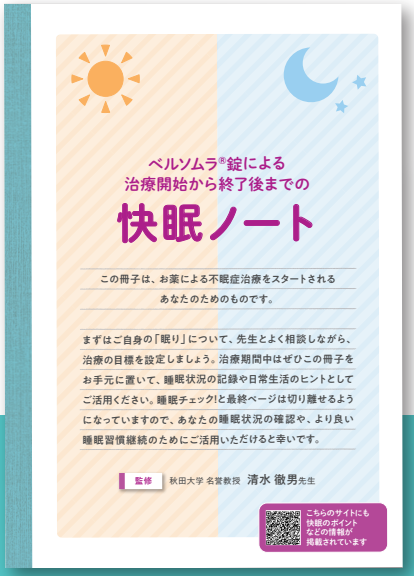
医療従事者向け

ベルソムラ®錠による治療開始から終了後までの 快眠ノート ご活用にあたって



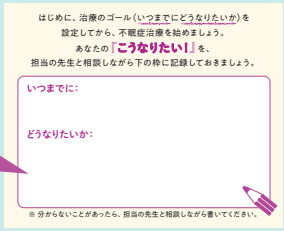
不眠症治療薬は、服用を開始するとずっと飲み続けるものだと思われている患者さんも多いようですが、正しい服用と生活習慣の是正により症状が改善すれば、服用をやめることも可能です。
本資材は、ベルソムラ®による不眠症治療の開始時から終了後までをサポートするものです。治療開始時にはぜひ患者さんご自身の目標をともに設定していただき、不眠症治療の「出口」を一緒に目指していただく一助としてご活用いただきたいと考えております。

目標設定の一例

いつまでに目指しますか?

- 1ヵ月後
- 2ヵ月後
- 3ヵ月後

設定した目標をノートに記入



どのような状態を目指しますか?

- お薬がなくても眠れるようになりたい
- これまで飲んでいた薬を減らしたい
- 睡眠に対する不安をなくしたい
- 日中を健やかに過ごしたい
- 寝つきをよくしたい
- 夜中に目が覚めないようにしたい

MSD

2020年6月作成
BEL20PH0060