

SOAP note

SOAP note には以下の内容を記載します。

S:subjective(主観的)

負傷者の主観的表現と負傷発生時の事情や現在の体調など聞いたままに記録する。過去の類似傷害の経験や歴史的背景なども記入する。

O:objective(客観的)

トレーナーが客観的に負傷部位を検査した内容を記載する。
腫れの度合い、皮膚の変色、感覚の変化や麻痺、関節の可動域、筋力などの実際に測定できる症状や機能のチェック結果など。

A:assessment(評価)

S と O の観点から得た情報をもとにだされる査定評価を記載する。

P:plan(今後の計画)

これからの治療やリハビリの計画などを記載する。

手順

Subjective:

1. 選手に何が起こったのかを聞く
2. どのようにして怪我が起こったのか、できるだけ詳しく起こった場所、起こった状況、その時の身体の動き、何をしていたのかを聞く
3. どのような痛みなのか、どこが痛むのか
4. 不自然な音はしたか?
5. 以前にも同じような怪我や同じ部位を怪我したことがあるかなどを聞く

Objective:

1. 怪我の部位の様子を観察する。不自然な腫れはないか、赤み、炎症はないか。傷や関節、筋肉が不自然に見えていないか
2. 怪我の部分を触診(さわる)して痛みがどこなのかを明確にする。関節、筋肉のどの部分を触診すると痛むのか?もし骨折の可能性があるのであればすぐにその部位を固定して、病院にいきます。
3. スペシャルテスト(注意が必要)

Assessment:

objective(客観的), assessment(評価)の情報から評価する。診断はできないのであくまでも予測。

Plan:

突発的な傷害の場合、応急処置が必要です。その日中に医師の診察が受けられない場合は、診察を受けるまでの時間に負傷者に出した指示を記載します。医師の診察を終えた場合は、その指示のもと今後どのような計画で復帰にもっていくのかを記載します。