

ジェイパック JPAC ぜん息コントロール テストキット

毎日を元気に!

コントロール状態の判定表

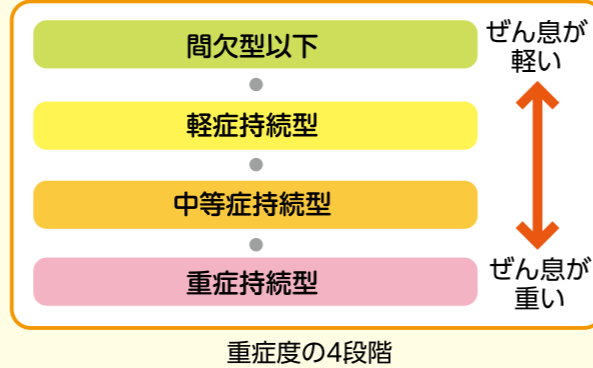
JPACぜん息コントロールテストでの設問1～6に対する回答の合計点数から、コントロール状態を判定します。

<p>その調子!!</p> <p>18点</p> <p>完全コントロール</p> <p>非常に良くコントロールされています。この状態が続くよう、頑張りましょう。</p>	<p>あと一息!</p> <p>17～13点</p> <p>良好なコントロール</p> <p>良くコントロールされていますが、まだ完全ではありません。</p>	<p>ガンバロウ!</p> <p>12点以下</p> <p>コントロール不良</p> <p>コントロールされていない状態です。医師の指示を仰ぎましょう。</p>
--	---	--

“見かけの重症度”の判定方法

設問1～4の回答内容から、**最近1カ月の症状に基づいた重症度**＝“見かけの重症度”を判定します。

設問1～4の回答は4段階に色分けされており、右の図のように、その色で重症度を判断することができます。設問1～4の回答の中で**もっとも重いもの**を、現在の“見かけの重症度”と判定します。



“真の重症度”の判定表

長期管理薬(吸入ステロイド薬)を使ってぜん息治療を行っている場合は、下の表において“見かけの重症度”と治療ステップの交点から、長期管理薬の使用を考慮した“真の重症度”を判定します。

現在の治療薬	治療薬なし	吸入ステロイド薬(ICS)の使用状況			
		治療ステップ1 他の抗炎症薬	治療ステップ2 ICS ~100μg	治療ステップ3 ICS ~200μg	治療ステップ4 ICS ~400μg
1カ月の症状 (見かけの重症度)					
症状なし	間欠型以下	間欠型	軽症持続型	中等症持続型	重症持続型
軽症持続型 相当	軽症持続型	軽症持続型	中等症持続型	重症持続型	重症持続型
中等症持続型 相当	中等症持続型	中等症持続型	重症持続型	重症持続型	最重症持続型
重症持続型相当	重症持続型	重症持続型	重症持続型	重症持続型	最重症持続型

※ICSがバルミコートの場合、ステップ2:~250μg、ステップ3:~500μg、ステップ4:~1000μg



環境再生保全機構のウェブサイト「ぜん息などの情報館」にあるJPACのページでは、画面上で質問に答えて結果を見ることができるほか、日頃のぜん息管理に役立つ情報などを紹介しています。

大気環境・ぜん息などの情報館 ▶ ぜん息を知る ▶ ぜん息コントロールテスト

ぜん息JPAC 検索



『小児ぜん息重症度判定と喘息コントロールテスト(JPAC:Japanese Pediatric Asthma Control Program)』は、ぜん息の治療を進める上で重要となる**コントロール状態と重症度を正しく把握**するために開発された質問紙です。6つの質問に答えるだけで、現在のぜん息の状態を客観的に知ることができます。テストの結果は治療方針の検討に活用されます。

このテストキットは1年分の記録をつけることができます。大切に保管してください。

お子様のお名前(ふりがな) _____

お子様の性別: 男 女 (○をつけてください)

ちゃん 開始時のお子様の年齢: 歳 カ月

使用上の注意 初めてJPACぜん息コントロールテストを使用する場合は、必ず「JPACスタートガイド」を参照し、**使用方法などを正しく理解した上で、本テストキットをご使用ください。**判定結果は必ず医師に伝え、**自己判断でぜん息治療を変更するのはやめましょう。**



現在のぜん息のコントロール状態を正しく把握するために、1か月に1回、JPACぜん息コントロールテストを使って、お子様の様子を記録し、結果を医師と共有しましょう。継続して観察することが、ぜん息の治療を進める上でとても大切です。

JPACテストシートへの回答

最近1か月におけるお子様のぜん息症状の様子を見て、1~6の質問に対してそれぞれあてはまる答えを選び、○をつけます。

ポイント

- 日中の様子や、運動時・大泣きした時・はしゃいだ時などのぜん息症状については、**お子様の様子を良く観察**してください。
- 「6.β₂刺激薬使用頻度」は、**発作時の治療薬の使用状況**について回答するものです。毎日使っている長期管理薬のことではありません。
- JPACテストシートの裏面には、各ぜん息治療薬の写真を掲載していますので参考にしてください。



テストシート記入例



テストシート裏面には薬の写真や判定法が掲載されています。

正直に答えようね!



経過表(右ページ)への記入方法

コントロール状態の経過やぜん息治療薬の使用状況を記録するために、記入例にしたがって、毎月の結果を右ページの経過表に記入します。



判定できたら経過表に記入しましょう

お医者さんと一緒に!



「ぜん息治療薬の使用状況」の記入方法

■ 吸入ステロイド薬 (ICS)

使用している吸入ステロイド薬(パルミコート/フルタイド/キュバール)の段に毎月の使用量を記入していきます。(例:フルタイドエアーを100μg使った場合は、その月のフルタイドエアーの欄に「100」と記入します。)

■ ロイコトリエン受容体拮抗薬 (LTRA)

使用しているロイコトリエン受容体拮抗薬の種類を記入し、使用した月は○を記入します。

■ その他の治療薬

DSCG(インタール)やテオフィリン徐放製剤など、使用しているぜん息治療薬名を記入し、使用した月は○を記入します。

※この「ぜん息治療薬の使用状況」には、受診日までの薬の使用状況を記入します。受診の際に医師が治療方針を変更した場合は、次回受診日の欄に記入します。薬の使用履歴の欄は、診察時に医師に確認してもらいましょう。



経過表記入例

毎月きちんと続けることがポイント!!

グラフにすると経過が分かりやすいね

ぜん息コントロール状態 経過表

記入開始日 年 月 日

設問表の質問項目	点数	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日
1 ぜん息の程度	3																
	2																
	1																
	0																
2 呼吸困難発作回数	3																
	2																
	1																
	0																
3 朝・夜の咳	3																
	2																
	1																
	0																
4 夜間覚醒の頻度	3																
	2																
	1																
	0																
5 運動時のぜん息症状	3																
	2																
	1																
	0																
6 β ₂ 刺激薬使用頻度	3																
	2																
	1																
	0																
合計点数																	
コントロール状態の推移	18																
	13																
	0																
	0																

毎月の合計点数をグラフに書き込みます。

18点: 完全コントロール

17~13点: 良好なコントロール

12点以下: コントロール不良



ぜん息治療薬の使用状況

薬の使用履歴

ICS
パルミコート吸入液
フルタイドエアー
キュバール

LTRA

※ICS:吸入ステロイド薬 LTRA:ロイコトリエン受容体拮抗薬