

JPACぜん息コントロールテストシート

4歳～15歳用

ひ 日にち： ねん 年 がつ 月 にち 日

おなまえ

せい べつ 性別： 男 女 (○でかこみましょう)

さん ねん 年れい： さい 才 ※保護者が回答した場合は右にチェックを入れてください



さいきん 最近1カ月のぜん息の状態や、薬を使った回数をおい出してみよう。
つぎ 次の1～5の質問に答えて、あてはまる答えの数字に○をつけてね。

3

や かん かく せい ひん ど 夜間覚醒の頻度

この1か月間に、ぜん息の症状で夜中に目を覚ましたことはどれくらいあったかな？

- 0回 3
- 時々あるけど続かなかった 2
- 週に1回以上だけ毎日ではない 1
- 毎日続いた 0

スタート

1

ぜん 鳴の程度

この1か月間に、ゼーゼー・ヒューヒューした日はどれくらいあったかな？

- 0回 3
- 1回以上だけ毎週ではない 2
- 週に1回以上だけ毎日ではない 1
- 毎日続いた 0

2

こきゅう 呼吸困難発作回数

この1か月間に、息が苦しくなる発作はどれくらいあったかな？

- 0回 3
- 時々あるけど続かなかった 2
- 時々あってしばらく続いた 1
- ほとんど毎日続いた 0



ゴール!

○をつけた数字の合計を書き込もう。

ごうけい 合計 点

判定結果をチェック!

- 15点 完全コントロール
- 14～12点 良好コントロール
- 11点以下 コントロール不良

4

うんどう 運動時のぜん息症状

運動したり、はしゃいだ時に、せきが出たりゼーゼーして困ることはあるかな？

- まったくない 3
- たまにあるけど困らない 2
- たびたびあって困る 1
- 毎日あって困っている 0

5

べータ 刺激薬使用頻度

この1か月間に発作止めの薬をどれくらい使ったかな？※毎日使う薬ではなくて、せきやゼーゼーなどの発作の時に使う薬のことだよ。

- 0回 3
- 1週間に1回以下 2
- 1週間に何回かあったけど毎日ではない 1
- 毎日使った 0

げんざい 現在使っているぜん息治療薬にチェックをつけましょう。
(薬の写真が裏側にのっているので参考にしてね)

吸入ステロイド薬	①フルタイドディスカス	②フルタイドエアゾール	③キュバルエアゾール	④パルミコート吸入液	⑤パルミコートタービュヘイラー	⑥オルベスコインヘラー	⑦アドエア100ディスカス	⑧アドエア50エアゾール	⑨フルティフォーム50エアゾール	50μg	100μg	200μg	[1日]	回	/	1回	吸入
ロイコトリエン受容体拮抗薬	<input type="checkbox"/> オノン	<input type="checkbox"/> シングレア	<input type="checkbox"/> キプレス														
テオフィリン徐放製剤	<input type="checkbox"/> テオドール	<input type="checkbox"/> スロービット	<input type="checkbox"/> テオロンG	<input type="checkbox"/> ユニフィル													
DSCG(インタール)	<input type="checkbox"/> 吸入液																

* テオフィリン徐放製剤は、4～5歳では選択できません。6歳以上では治療ステップ3または4の場合のみ選択できます。

わからない時は
お医者さんに
聞いてみよう



お医者さんと
いっしょに!
今月の結果に
チェックしよう。

治療ステップ なし ステップ1 ステップ2 ステップ3 ステップ4

見かけの重症度 間欠型以下 軽症持続型 中等症持続型 重症持続型

真の重症度 間欠型(以下) 軽症持続型 中等症持続型 重症持続型 最重症持続型

そく ちりょうやく いちらん
ぜん息治療薬一覧

じぶん つか くり み ようりょう
自分が使っている薬を見つけよう。用量がいくつもあるものについては、
まちが さき
間違えないように気をつけよう。

きゅうにゅう やく
吸入ステロイド薬
しょうにょう
(小児用)



①フルタイドディスクス
50μg/100μg/200μg



②フルタイドエアゾール
50μg/100μg



③キュバールエアゾール
50μg/100μg



④パルミコート吸入液
0.25mg(250μg)/0.5mg(500μg)



⑤パルミコートタービュヘイラー
100μg/200μg



⑥オルベスコインヘラー
50μg/100μg/200μg



⑦アドエア100ディスクス



⑧アドエア50エアゾール



⑨フルティフォーム
50エアゾール

ロイコトリエン
じゅうたいきっこうやく
受容体拮抗薬



(左)オノンカプセル
(右)オノンドライシロップ



(左)シングレアチュアブル
(右)シングレア細粒



(左)キプレスチュアブル
(右)キプレス細粒

ちりょう はんべつ ほうほう
治療ステップの判別方法

じぶん あ ねんれい ちりょう は やみひょう み げんざいつか
自分が当てはまる年齢の治療ステップ早見表を見て、現在使っている
ちりょう かんり やく しゅるい りょう えら ちりょう はんべつ
長期管理薬の種類と量を選んで、治療ステップを判別しよう。

ちりょう はやみひょう さい さい
治療ステップ早見表 (4歳~5歳)

治療ステップ1

ロイコトリエン受容体拮抗薬
(不定期に使用)

治療ステップ2

ロイコトリエン受容体拮抗薬
(継続的に使用)

- ①フルタイドディスクス(~100μg)
- ②フルタイドエアゾール(~100μg)
- ③キュバールエアゾール(~100μg)
- ④パルミコート吸入液(~250μg)
- ⑤パルミコートタービュヘイラー(~200μg)
- ⑥オルベスコインヘラー(~100μg)

治療ステップ3

- ①フルタイドディスクス(~200μg)
- ②フルタイドエアゾール(~200μg)
- ③キュバールエアゾール(~200μg)
- ④パルミコート吸入液(~500μg)
- ⑤パルミコートタービュヘイラー(~400μg)
- ⑥オルベスコインヘラー(~200μg)
- ⑦アドエア100ディスクス(1回)
- ⑧アドエア50エアゾール(2回)

治療ステップ4

- ①フルタイドディスクス(~400μg)
- ②フルタイドエアゾール(~400μg)
- ③キュバールエアゾール(~400μg)
- ④パルミコート吸入液(~1000μg)
- ⑤パルミコートタービュヘイラー(~800μg)
- ⑥オルベスコインヘラー(~400μg)
- ⑦アドエア100ディスクス(2回)
- ⑧アドエア50エアゾール(4回)

ちりょう はやみひょう さい さい
治療ステップ早見表 (6歳~15歳)

治療ステップ1

ロイコトリエン受容体拮抗薬
(不定期に使用)

治療ステップ2

- ①フルタイドディスクス(~100μg)
- ②フルタイドエアゾール(~100μg)
- ③キュバールエアゾール(~100μg)
- ④パルミコート吸入液(~250μg)
- ⑤パルミコートタービュヘイラー(~200μg)
- ⑥オルベスコインヘラー(~100μg)

ロイコトリエン受容体拮抗薬
(継続的に使用)

治療ステップ3

- ①フルタイドディスクス(~200μg)
- ②フルタイドエアゾール(~200μg)
- ③キュバールエアゾール(~200μg)
- ④パルミコート吸入液(~500μg)
- ⑤パルミコートタービュヘイラー(~400μg)
- ⑥オルベスコインヘラー(~200μg)
- ⑦アドエア100ディスクス(1回)
- ⑧アドエア50エアゾール(2回)
- ⑨フルティフォーム50エアゾール(2回)

治療ステップ4

- ①フルタイドディスクス(~400μg)
- ②フルタイドエアゾール(~400μg)
- ③キュバールエアゾール(~400μg)
- ④パルミコート吸入液(~1000μg)
- ⑤パルミコートタービュヘイラー(~800μg)
- ⑥オルベスコインヘラー(~400μg)
- ⑦アドエア100ディスクス(2回)
- ⑧アドエア50エアゾール(4回)
- ⑨フルティフォーム50エアゾール(4回)

※この早見表は、簡単に治療ステップが判定できるよう「小児気管支喘息治療・管理ガイドライン2023」を基に、一部改編して作られています。実際の治療内容や方針を示すものではありません。
※吸入ステロイド薬の用量は1日あたりの使用量を表しています。※ここに掲載している治療薬は、優先順位等を示すものではありません。

この1カ月で気になったことなどを自由に記入しよう。