

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>がんばろう!</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)	間欠型以下	間欠型	軽症持続型	中等症持続型	重症持続型
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

お医者さんと
いっしょに
頑張りましょう!

ウェブ上でも
テストできるよ

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](#) ▶ [ぜん息などの情報館キッズページ](#) ▶ [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 初めに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カ月に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カ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。



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。



「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/キュパール)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



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	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
1 ぜん鳴の程度	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	毎月合計点数をグラフに書き込みます。	18													
	18点: 完全コントロール	13													
	17~13点: 良好なコントロール														
	12点以下: コントロール不良	0													



ぜん息治療薬の使用状況

治療薬	薬の使用履歴														
ICS	パルミコート吸入液														
	フルタイドエアー														
	キュパール														
LTRA															

※ICS:吸入ステロイド薬 LTRA:ロイコトリエン受容体拮抗薬