

6歳未満用

## 小児ぜん息コントロールテスト (Best ACT-P)

子どもの現在の状態を把握するためのテストシートです。①～⑥の質問のそれぞれ当てはまる答えをチェックし、最後に同色同列にあるチェックの個数より合計を計算してください。合計点数によりぜん息のコントロール状態を判定します。

①	この4週間に、かぜをひいて、ゼーゼー、ヒューヒューしたことがどれくらいありましたか？				
	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 1回/4週	<input type="checkbox"/> 2～3回/4週	<input type="checkbox"/> 毎週	<input type="checkbox"/> 毎日
②	この4週間に、夜間の咳き込みやゼーゼー、ヒューヒューして、ぐっすり眠れなかったことがどれくらいありましたか？				
	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 1回/4週	<input type="checkbox"/> 2～3回/4週	<input type="checkbox"/> 毎週	<input type="checkbox"/> 毎日
③	この4週間に、お子さんのゼーゼー、ヒューヒューのために、保育所や幼稚園を休んだり、家族の予定を変更する必要がどれくらいありましたか？				
	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 1回/4週	<input type="checkbox"/> 2～3回/4週	<input type="checkbox"/> 毎週	<input type="checkbox"/> 毎日
④	この4週間に、咳き込みやゼーゼー、ヒューヒューは、どれくらいひどかったですか？				
	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> かるい	<input type="checkbox"/> 少しひどい	<input type="checkbox"/> ひどい	<input type="checkbox"/> とてもひどい
⑤	この4週間に、はしゃいだり、走り回ったり、大泣きしたときの咳き込みや、ゼーゼー、ヒューヒューは、どれくらいひどかったですか？				
	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> かるい	<input type="checkbox"/> 少しひどい	<input type="checkbox"/> ひどい	<input type="checkbox"/> とてもひどい
⑥	この1年間に、ゼーゼー、ヒューヒューして、入院したことがどれくらいありましたか？				
	<input type="checkbox"/> なし	<input type="checkbox"/> 1回	<input type="checkbox"/> 2回	<input type="checkbox"/> 3回	<input type="checkbox"/> 4回以上
みどり4点× <input type="checkbox"/> コ		きいろ3点× <input type="checkbox"/> コ		オレンジ2点× <input type="checkbox"/> コ	
点		点		点	
					みずいろ0点

## 〈判定結果〉

合計点数

点

23点以上 コントロール良好	ぜん息は適切にコントロールされていると考えられます。これを維持していきましょう。ただし、症状がまた出てくる場合がありますので、定期的な受診は続けましょう。
21点以上 コントロール比較的良好	ぜん息のコントロールは「比較的良好」と考えられます。完全ではないので、良好を目指して、治療を続けましょう。
20点以下 コントロール不良 (18点以下はコントロール極めて不良)	ぜん息がうまくコントロールされていないと考えられます。何が原因なのか？ぜん息治療のお薬を変える必要があるのか？主治医の先生とよく相談しましょう。

判定結果はお医者さんと共有し、定期的にコントロール状態を把握しましょう。