

【第3版】

# ぜんそく症状チェッカー

【監修】医療法人 沖縄徳洲会 湘南鎌倉総合病院 免疫・アレルギーセンター センター長  
谷口 正実 先生

## わたしの管理目標達成度

0% 25% 50% 75% 100%



穴をあけるだけの簡単チェック



MAT-JP-2000333-2.0-06/2022  
2022年6月作成

サノフィ株式会社

# 喘息の管理目標は 「健康な人と変わらない日常生活を送ること」

✓ ご自身の管理目標の達成度について、  
最も当てはまるものに穴をあけてください。

## わたしの管理目標達成度

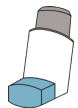
100% 75% 50% 25% 0%



✓ この2～4週間にあった出来事や症状を3段階で評価しましょう。

### 出来事

発作治療薬  
の使用



使用  
なし

週1回

週2回  
以上

経口  
ステロイド薬  
の使用



使用  
なし

週1回

週2回  
以上

### 症状

咳



痰



息苦しさ  
息切れ



ぜんめい  
喘鳴

(呼吸時にゼーゼー、  
ヒューヒューという音がある。)



胸苦しさ



喘息症状に  
よる不眠



鼻づまり



匂いの  
わかりにくさ



裏表紙のレモンの匂いで確認してみましょう