

あなたのアトピーに点数をつけましょう

—アトピー性皮膚炎患者さんのための—
スコアリングカード

STEP
1

POEMを測定しよう

POEMは、あなた自身が測定する症状のスコアです。
中面の質問に回答し、スコアリングしましょう。

STEP
2

EASIを確認しよう

EASIは、医師が測定する湿疹の重症度や範囲を
あらわすスコアです。先生に確認しましょう。

STEP
3

TARCを確認しよう

TARCは、血液検査で測定する炎症のスコアで、皮膚の内部に
潜む炎症をあらわします。先生に確認しましょう。

STEP
4

定期的にスコアを確認しよう

アトピー性皮膚炎は良くなったり悪くなったりを繰り返します。
STEP1~3のスコアを定期的に確認しましょう。

**アトピー性皮膚炎
治療の目標***

治療の最終目標(ゴール)は、症状が
ないか、あっても軽微で、日常生活に
支障がなく、薬物療法もあまり必要と
しない状態に到達し、それを維持する
ことである。また、このレベルに到達
しない場合でも、症状が軽微ないし
軽度で、日常生活に支障をきたすよ
うな急な悪化がおこらない状態を維持
することを目標とする。

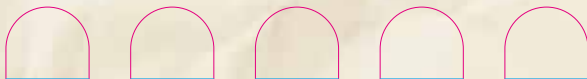
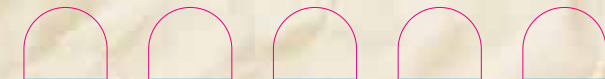
本スコアリングカードは
オンラインでの実施も可能。
アクセスは下の二次元コードから▼



アレルギーに関する情報サイト

アレルギー*i*

※一般社団法人日本アレルギー学会/公益社団法人日本皮膚科学会/
アトピー性皮膚炎診療ガイドライン作成委員会
アトピー性皮膚炎診療ガイドライン2021. アレルギー 2021; 70: 1257-1342



折られた🍒の合計が
あなたのPOEMスコアです。



STEP 1 POEM^{1,2)}

あなた自身が測定する症状のスコアです。
以下の質問に回答し、スコアリングを行いましょう。

0~2	3~7	8~16	17~24	25~28
消失又はほぼ消失	軽度	中等度	重度	最重症

直近1週間の皮膚の状態について、5つの選択肢から選んでください。
スコアは裏面で計算できます。

1.	湿疹のために皮膚の ^{かゆ} 痒みがあった日は何日ありましたか？	→	全く なかった	1~2日	3~4日	5~6日	毎日
2.	湿疹のために夜の睡眠が妨げられた日は何日ありましたか？	→	全く なかった	1~2日	3~4日	5~6日	毎日
3.	湿疹のために皮膚から出血した日は何日ありましたか？	→	全く なかった	1~2日	3~4日	5~6日	毎日
4.	湿疹のために皮膚がジクジク(透明な液体がにじみ出る)した日は何日ありましたか？	→	全く なかった	1~2日	3~4日	5~6日	毎日
5.	湿疹のために皮膚にひび割れができた日は何日ありましたか？	→	全く なかった	1~2日	3~4日	5~6日	毎日
6.	湿疹のために皮膚がポロポロと ^は 剥がれ落ちた日は何日ありましたか？	→	全く なかった	1~2日	3~4日	5~6日	毎日
7.	湿疹のために皮膚が乾燥またはザラザラしていると感じた日は何日ありましたか？	→	全く なかった	1~2日	3~4日	5~6日	毎日

POEM (©The University of Nottingham) を参考に作成

STEP 2 EASI³⁾

医師が測定する湿疹の重症度や範囲をあらわすスコアです。先生に確認しましょう。

0.1~1.0	1.1~7.0	7.1~21.0	21.1~50.0	50.1~72.0
ほぼ寛解	軽症	中等症	重症	最重症

STEP 3 TARC^{4,5)}

血液検査で測定する炎症のスコアで、皮膚の内部に潜む炎症をあらわします。先生に確認しましょう。

450pg/mL未満	450pg/mL以上
正常値	高値

※小児(6~12ヵ月)では1367pg/mL未満、
小児(1~2歳)では998pg/mL未満、
小児(2歳以上)では743pg/mL未満が正常値です。

STEP 4 定期的な確認

アトピー性皮膚炎は良くなったり悪くなったりを繰り返すため、
ちょっと良くなったと思っても油断できません。
STEP1~3のスコアを定期的に確認しましょう。

1) Charman CR et al. Arch Dermatol 2004; 140: 1513-1519
2) Charman CR et al. Br J Dermatol 2013; 169: 1326-1332
3) Hanifin JM et al. Exp Dermatol 2001; 10: 11-18
4) 玉置 邦彦 他. 日皮会誌 2006; 116: 27-39
5) 藤沢 隆夫 他. 日小ア誌 2005; 19: 744-757