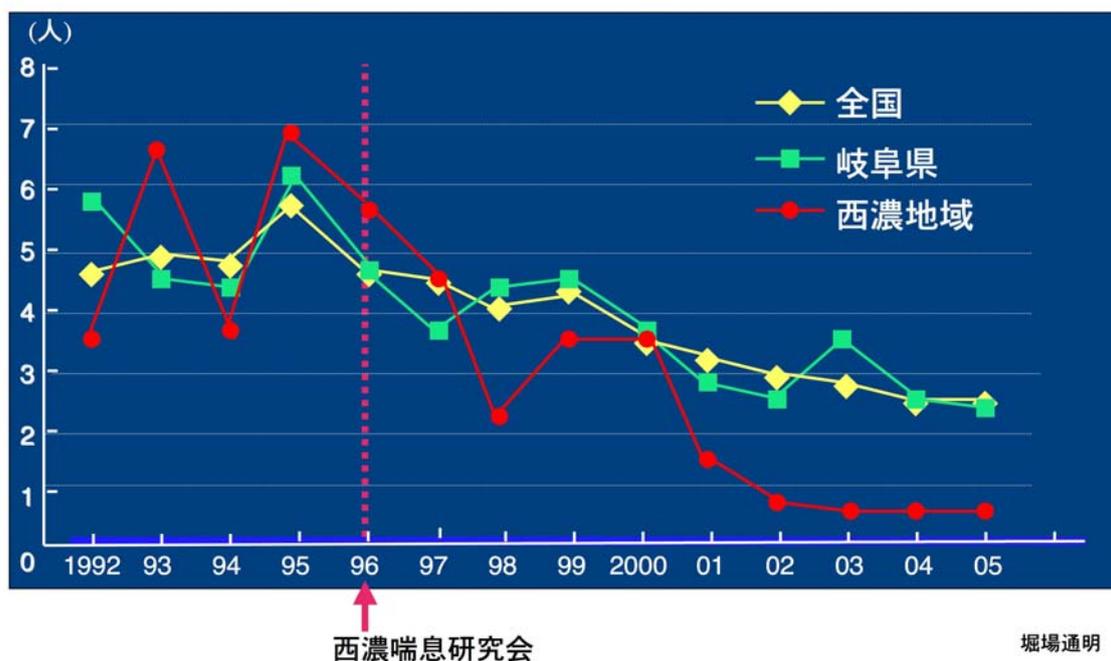


図4 全国、岐阜県および西濃地域の喘息死者数(対10万人)



(2) 病院や診療所等の医療関係者を対象とした研修の実施

都道府県は、地域医療連絡協議会を中心に、診療ガイドラインの実践に向けた啓発活動として、地域ごとの状況に応じた講演会等を積極的に展開する。

研修の重要性が高いテーマとして次のようなテーマが考えられ、地域における普及状況を勘案して必要な研修を実施する。

○ 喘息および小児喘息のガイドラインに基づいた標準的治療方法

喘息予防・管理ガイドライン 2006 (JGL2006) 及び小児気管支喘息治療・管理ガイドライン 2005、一般臨床医のための喘息治療ガイドライン 2007 等に示された標準的治療を医療関係者が正しく理解することが重要である。

○ 患者教育の方法

患者が自己管理を継続的に行うためには、発作治療薬と長期管理薬の相違、ステロイド等の吸入薬の正しい吸入法、喘息の悪化の兆候把握や発作の予防法、ピークフローモニタリングなどを患者が正しく理解することが必要であり、医療関係者にとっても患者教育のスキルが求められる。医師だけでなく、看護師、保健師、薬剤師等の連携も重要である。

また、喘息の重症度や改善の可能性を、ピークフローを測定するよりも簡便に把握するために、イージーアズマプログラム、喘息コントロールテストが開発されており、研修の一環としてこれらの普及をすすめることも有効である。

【イージーアズマプログラムの活用】

啓発する JGL2006 の実行については、すでにパイロットスタディーで成果を示したイージーアズマプログラム (EAP; Easy Asthma Program) が効果的である。図 5 に示した基準となる 3つの評価項目からなる質問票を用いて患者の状態(重症度)を把握し、JGL2006 に沿った ICS の投与量を含めた治療を施行するものである。その効果は、新潟県と香川県でパイロット研究が実施され、その有効性が実証されている(図 6)。

Easy Asthma Program

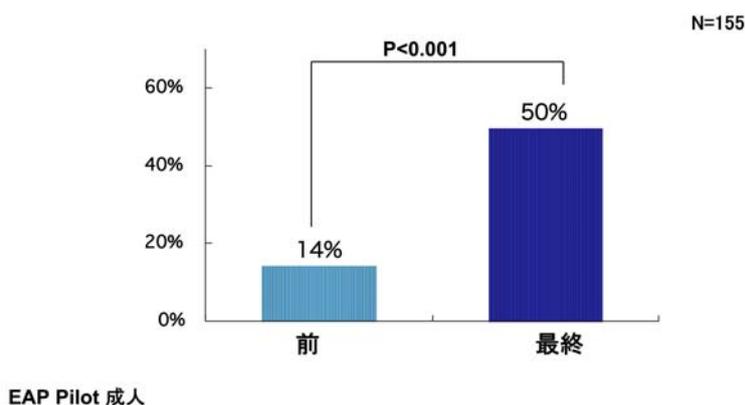
図 5 基準となる評価項目

夜間症状	日常生活の状態	喘息症状の頻度	
1. まったくなし	1. まったく支障なし	1. まったくなし	
2. たまにあり	2. ほとんど支障なし	2. 週1-2回まで	
3. 時々あり	3. 少し支障あり	3. 週2回以上	低用量
4. たびたびあり	4. とくどき支障あり	4. 慢性的に症状がある	中用量
5. ほとんどいつも	5. たびたび支障あり	5. ほぼ毎日持続	高用量
6. ぜんそくのせいで眠れなかった	6. 非常に支障あり		
	7. まったくできない		

EAP Pilot 成人

Easy Asthma Program

図 6 導入前後における「3項目全くなし」の患者比率



### 【喘息コントロールテストの活用】

患者の状態を把握する手段としては、患者自身が実行するピークフロー（PEF； peak expiratory flow）の測定とともに、喘息コントロールテスト（ACT； Asthma Control Test）が有用である。ACTは患者への5つの質問に対する解答から点数をつけ（表1）、その点数によって患者の喘息コントロールを評価する（図7）。

表1 ACT —総合点数による評価— 5項目の質問

- 
1. この4週間に、**喘息のせいで職場や学校、家庭で思うように仕事や勉強がはかどらなかつたことは時間的にどの程度ありましたか？**  
いつも:1点 かなり:2点 いくぶん:3点 少し:4点  
全くない:5点
  2. この4週間に、どのくらい**息切れ**がしましたか？  
1日に2回以上:1点 1日に1回:2点 1週間に3~6回:3点  
1週間に1,2回:4点 全くない:5点
  3. この4週間に、**喘息の症状(ゼイゼイする、咳、息切れ、胸が苦しい・痛い)のせいで夜中に目が覚めたり、いつもより朝早く目が覚めてしまうことがどのくらいありましたか？**  
1週間に4回以上:1点 1週間に2, 3回:2点 1週間に1回:3点  
4週間に1, 2回:4点 全くない:5点
  4. この4週間に、**発作止めの吸入薬(サルタノール<sup>®</sup>やメプチン<sup>®</sup>など)**をどのくらい使いましたか？  
1日に3回以上:1点 1日に1,2回:2点 1週間に数回:3点  
1週間に1回以下:4点 全くない:5点
  5. この4週間に、自分自身の喘息を**どの程度コントロールできた**と思いますか？  
全くできなかった:1点 あまりできなかった:2点  
まあまあできた:3点 十分にできた:4点 完全にできた:5点