

あなたの肺の健康チェック！

COPD

シーオーピーディー

= 慢性閉塞性肺疾患（肺気腫+慢性気管支炎）
タバコが原因で、「せき・たん・息切れ」の症状が続く病気です。放置すると、要介護・寝たきりになる可能性があります。



最もあてはまるものに✓をつけ、その下の数字の合計点を出してください。

① 過去4週間に、どのくらい頻繁に息切れを感じましたか？

- ☐ まったく感じなかった 0点 ☐ 数回感じた 0点 ☐ ときどき感じた 1点 ☐ ほとんどいつも感じた 2点 ☐ ずっと感じた 2点

1 点

+

② 咳をしたとき、粘液や痰などが出たことが、これまでにありますか？

- ☐ 一度もない 0点 ☐ たまに風邪や肺の感染症にかかったときだけ 0点 ☐ 1か月のうち数日 1点 ☐ 1週間のうちほとんど毎日 1点 ☐ 毎日 2点

2 点

+

③ 過去12か月のご自身に最もあてはまる回答を選んでください。

呼吸に問題があるため、以前に比べて活動しなくなった。

- ☐ まったくそう思わない 0点 ☐ そう思わない 0点 ☐ 何ともいえない 0点 ☐ そう思う 1点 ☐ とてもそう思う 2点

3 点

+

④ これまでの人生で、たばこを少なくとも100本は吸いましたか？

- ☐ いいえ 0点 ☐ はい 2点 ☐ わからない 0点

4 点

+

⑤ 年齢はおいくつですか？

- ☐ 35~49歳 0点 ☐ 50~59歳 1点 ☐ 60~69歳 2点 ☐ 70歳以上 2点

5 点

=

合計が4点以上の場合、あなたはCOPDかもしれません。

合計 点

記入し終えたら質問票を医師に見せてください。合計点が高いほどCOPDにかかっている可能性が高くなります。
合計点が0から3点で、かつあなたが呼吸に問題があると感じている場合も、この質問票を医師に見せてください。
医師は、あなたの呼吸の問題がどのタイプのものか調べてくれます。

一般社団法人GOLD日本委員会ホームページより (http://www.gold-jac.jp/support_contents/img/COPD-PS.pdf)

呼吸器内科、または内科等を受診しましょう。

監修：東北大学大学院医学系研究科 内科病態学講座 呼吸器内科学分野 教授 杉浦 久敏