

COPD（慢性閉塞性肺疾患）の症状は 人によって、さまざまです

年齢やタバコのせいだと諦めていませんか？

息切れ



坂道や階段で
クタクタ、
途中で休んでしまう

趣味や子ども・孫の
世話でも
疲れてしまう



咳・痰



咳や痰で
眠れない・
起きてしまう

咳ばらいのような
軽い咳が
よく出る



会話中に、
のどが詰まった
感じがする

COPDは適切な治療により症状を改善することが期待できます

思い当たる症状があれば まず医師に相談してみましょう

監修: 東京大学名誉教授 長瀬 隆英先生

COPD(慢性閉塞性肺疾患)チェックシート

これはCOPDの可能性があるかどうかを調べられる質問票(COPD-PS)です。

5問の設問に対し、該当する回答の  を押し開けてください。

Q1 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

数回
感じた

0

ときどき
感じた

1

ほとんど
いつも感じた

2

ずっと
感じた

2

Q2 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

たまに風邪や肺の感染症に
かかったときだけ

0

1か月の
うち数日

1

1週間のうち、
ほとんど毎日

1

毎日

2

Q3 過去12か月のご自身に最も当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

そう思わない

0

何とも
いえない

0

そう思う

1

とても
そう思う

2

Q4 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

はい

2

わからない

0

これまでの人生で吸ったたばこの本数
÷
1日の平均本数×365日×喫煙年数

Q5 年齢はおいくつですか？

35～49歳

0

50～59歳

1

60～69歳

2

70歳以上

2

 に書かれている点数を合計し、「0～3点」か「4点以上」の
 を押し開けてください。



0～3点



4点以上



COPDの疾患情報もご覧ください。
こちらの2次元コードをご自身のスマートフォン、
携帯電話などで読み取ってください。
https://www.naruhodo-zensoku.com/COPD/entry.html?utm_source=print&utm_medium=qr&utm_campaign=copd_ps

合計点が4点以上の場合、COPD (慢性閉塞性肺疾患) の疑いがあります。
このシートをかかりつけ医に持参し、相談してみましょう。