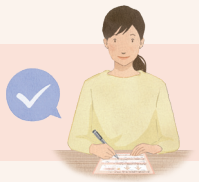
症状の改善のその先に

乾癬の方に向けたご自身の今の症状をチェックするサポートシート

監修：名古屋市立大学大学院医学研究科 加齢・環境皮膚科学 教授　森田明理先生

現在のQOL（生活の質）を確認してみましょう



DLQIスコア*（皮膚疾患がQOLに与える影響の評価指標）

*Dermatology Life Quality Index

過去1週間で、皮膚の状態があなたの生活にどれくらい影響を与えたかに関する質問です。
当てはまる数字に○をつけ、最後にその数字の合計点を右下に記入しましょう。

		非常に	かなり	少し	全くない	この質問は私に当てはまらない
1	ここ1週間、皮膚にかゆみや痛み（ひりひり、ぴりぴり、ずきずきするような）を感じましたか	3	2	1	0	
2	ここ1週間、皮膚の状態のせいで、恥ずかしく思ったり、まわりの人の目が気になったりすることがありましたか	3	2	1	0	
3	ここ1週間、皮膚の状態のせいで、買い物や家事、家の仕事をするのに支障がありましたか	3	2	1	0	0
4	ここ1週間、皮膚の状態のせいで、服装に影響がありましたか	3	2	1	0	0
5	ここ1週間、皮膚の状態のせいで、人付き合いや自由時間の過ごし方に影響がありましたか	3	2	1	0	0
6	ここ1週間、皮膚の状態のせいで、スポーツをするのに支障がありましたか	3	2	1	0	0

		はい	いいえ	この質問は私に当てはまらない
7	ここ1週間、皮膚の状態のせいで、仕事や勉強がまったくできないことがありましたか	3	0	0
	“いいえ”と答えた方のみにおうかがいします。	かなり	少し	全くない
	ここ1週間、皮膚の状態のせいで、仕事や勉強の効率が落ちるようなことがありましたか	2	1	0

		非常に	かなり	少し	全くない	この質問は私に当てはまらない
8	ここ1週間、皮膚の状態のせいで、夫（あるいは妻）、恋人、親しい友人、身内や親戚の人たちとの関係がうまくいかないことがありましたか	3	2	1	0	0
9	ここ1週間、皮膚の状態のせいで、性生活に支障がありましたか	3	2	1	0	0
10	ここ1週間、皮膚の治療や手入れのために、たとえば家が散らかったり、治療や手入れに時間がかかりすぎるなどの問題がありましたか	3	2	1	0	0

© Dermatology Life Quality Index. AY Finlay, GK Khan, April 1992. www.dermatology.org.uk

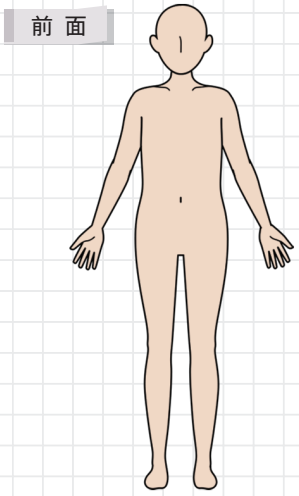
Finlay AY et al. Clin Exp Dermatol 1994;19:210-216
Hongbo Y et al. J Invest Dermatol 2005;125:659-664

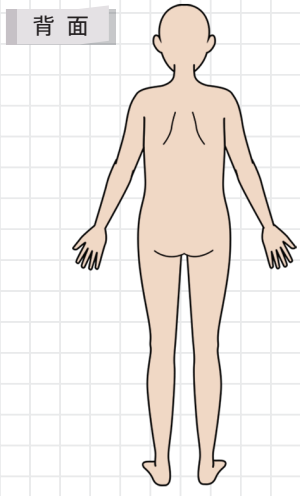
合計　　点

10項目の質問票で0～30のスコアを算出し、スコアが高いほどQOLへの影響が大きいことを示します。
合計スコアが6点以上で中等度の影響、11点以上で大きな影響があるとされています。

皮疹が残っている箇所を丸で囲む、もしくは斜線で塗ってみましょう。
関節に違和感や痛みのあるところには×を記載してください。

残っている皮疹が「手のひらと5本指の大きさ」で**4枚以上で中等症、10枚以上で重症**とみなされます。





体の気になるところに記入してみましょう。

◯ 皮疹が残っているところ

× 関節に違和感や痛みのあるところ

皮膚症状の面積の目安

手のひらを1枚とする

散らばっていたり細かな皮疹はまとめて1枚に換算してください。

手のひら　　枚分

乾癬の症状を改善してどんな生活を送りたいと思いますか?、具体的に書いてみましょう。
例の中に当てはまるものがあれば◯をつけていただいてもよいです。

日常生活	学校生活	仕 事	対人関係	趣味・余暇
◯ 眠りたい ◯ 服の素材を気にすることなく選んで着たい	◯ 勉強に集中したい ◯ 安心して受験に臨みたい	◯ 接客や面接などで肌を気にせずにふるまいたい ◯ 仕事に集中したい	◯ 人前で堂々としていたい ◯ 結婚がしたい ◯ 恋人が欲しい	◯ 旅行に行きたい ◯ 海で遊びたい ◯ メイクがしたい

自由記載欄

いつ頃までに目標を達成したいと思いますか？　　年　　月頃

治療ゴールを目指す上で、どんなことが課題になりそうですか?、具体的に書いてみましょう。
例の中に当てはまるものがあれば◯をつけていただいてもよいです。

治療薬	通院の時間	毎日のスキンケア	治療の費用	周囲の理解
◯ 外用薬の塗り方や塗る量がわからないことがある ◯ 副作用がこわくてやめてしまう	◯ 忙しくて、通院が不定期になってしまう ◯ 引っ越しが多く、長く通院できない	◯ 面倒に感じて塗らないことが多い ◯ 状態が良くなるとよくサボってしまう	◯ お薬代が気になる ◯ 治療費を安くするために、塗る量を少なくする	◯ 家族や周りの人が症状や治療を理解してくれない ◯ 治療のために仕事や塾、部活を休めない

自由記載欄

そのほかに、主治医の先生に伝えたいこと、知っていただきたいことがあれば書いてみましょう。

自由記載欄

このシートは主治医の先生との会話に活用してください。

なお本資料の内容により疾患が確定診断されるものではありません。
また、これからの治療内容を保証するものではありませんのでご了承ください。

アッヴィ合同会社
2024年7月作成
JP-SKZD-230133-2.0

abbvie