



# リウマチニュース

H24年6月号

新緑の季節、風もさわやかに感じられるようになり最も過ごしやすい季節がやってきました。

この頃は通院する患者さまの表情や足取りも軽やかに感じられます。今回は皆さんにお知らせしたいことがあります。

## ADL表の変更について

当院ではRAの活動性を評価する指標として **DAS28疾患活動性スコア**を使用しています。

DASは 医師の評価・検査結果・患者さまの自己評価ADL表をもとに計算します。

そのため患者さまが記入されるADL表はとても大切な情報です。



当院では日常生活動作の状態をより詳しく知るため **ADL表を一部改正しました。**

1. 診断の前に記入してください

握力 (mmHg)	右	左
握力 (mmHg)	最高	最低

2. 朝のこわばりは (ある・ない)  
ある場合はその持続時間は \_\_\_\_\_ 時間 \_\_\_\_\_ 分

3. 関節の痛みは? 痛みの程度を直線上に×印で記入してください

痛みなし \_\_\_\_\_ 激しい痛み

4. 現在の全体の状態は?  
具合の悪い所はない \_\_\_\_\_ これまでで もっとも具合が悪い

5. 今日あなたの気分は?  
●今日のあなたの気分に一番近い顔の一つを選んで番号に○をつけてください。

(幸せ) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 (悲しい)

6. 関節の痛みや腫れている箇所はどこですか  
×印=痛みのある箇所に×印をつけてください  
○印=腫れのある箇所に○印をつけてください

(右) (左)

7. 日常生活動作の状態は?  
次の日常の動作について、この1週間のあなたの状態を最もよく表しているものを1つ選び、当てはまるところに「○」印をつけてください。

次のことができますか?	困難 ではない (0)	いくらか 困難である (1)	かなり 困難である (2)	できない (3)
A. 靴ひもを結び、ボタンかけも含め、自分で身支度できますか				
B. 自分で洗髪ができますか				
C. 肘掛けの無い垂直な椅子から立ち上がれますか				
D. 就寝、起床の動作ができますか				
E. 皿の肉を切ることができますか				
F. いっぱいに水が入っている茶碗やコップを口元まで運べますか				
G. 新しい牛乳パックの口を開けられますか				
H. 戸外で平坦な地面を歩けますか				
I. 階段を5段登れますか				
J. 体全体を洗い、タオルで拭くことができますか				
K. 浴槽につかることができますか				
L. トイレに座ったり立ったりできますか				
M. 頭上にある5ポンドのもの (約2.3kgの砂糖袋など) に手を伸ばしてつかみ、下に降ろせますか				
N. 腰を曲げ床にある衣類を拾い上げられますか				

～記入する項目が増えますが  
ご理解とご協力をお願い致します。～

# 診察待ち時間を有効に 講演会や交流会に参加しませんか

今年度も当院多職種（医師・薬剤師・管理栄養士・理学療法士・作業療法士・看護師）による外来リウマチ教育を予定しています。リウマチの自己管理に役立つ話題や最新の情報が満載です。診察待ち時間を利用してミニ講演会・患者交流会・リウマチ講演会に参加しませんか。今年度6月からの予定をご紹介します。

## ミニ講演会 外来図書室 9:00~

6月13日(水)	(薬剤師)
6月20日(水)	(管理栄養士)
7月10日(火)	(作業療法士)
7月17日(火)	(薬剤師)
7月24日(火)	(管理栄養士)
9月10日(月)	(薬剤師)
9月24日(月)	(管理栄養士)
10月5日(金)	(管理栄養士)
10月12日(金)	(理学療法士)
10月19日(金)	(薬剤師)



皆さんの参加を  
お待ちしております

## 患者交流会 外来カンファレンス室 10:00~

7月6日(金)      9月11日(火)

## リウマチ講演会 毎月第2木曜日 16:00~外来ロビー

6月14日	医師	リウマチの内科合併症
7月12日	作業療法士	リウマチのリハビリテーション
8月9日	医師	リウマチの検査