

# 呼吸チェックシート

## グループ1

1 40歳以上ですか？

## グループ2

1 毎日タバコを吸っていますか？  
今は止めていても、過去に10年以上  
喫煙していたことがありますか？

2 家庭や職場の空気環境に  
問題はありますか？   
(家族に喫煙者がいる、交通量が多い場所に住んでいる、  
仕事で化学物質を扱っている など)

## グループ3

1 咳や痰が出ていませんか？

2 階段を昇ったり、軽い運動をするときに、  
息切れしませんか？   
(同年代に比べて息切れしやすくないですか？)

3 風邪をひきやすい、  
または風邪が長びきやすいですか？

グループ1、2、3のそれぞれに1つ以上

チェックがついた方は、

健康な呼吸ができていないかもしれません。

この機会にCOPDについて  
医師に相談してみたい

O1CM0148-P1409N  
改訂年月2014年9月(MKT)

# 今、気づいてください！

すでにその兆候がでていませんか？

こんな  
大事なときに  
せきが止まらない  
なんて…

はあ…坂道や  
階段を上ると  
息苦しい

階段で息切れがする…  
たとえば、こんな経験はなごじですか？  
せき・たんが続く…

日中

夜間

せき・たんが  
しつこく続いて  
眠れないなあ…

同年齢の人の  
歩くスピードに  
ついていけない…

それは、  
シー オー ビー ディー  
**COPD**かもしれません

思い当たる症状があったら、  
裏面の呼吸チェックシートを使って、  
COPDかどうか確認しましょう。

監修：東北大学医学部 呼吸器内科 教授 一ノ瀬 正和先生

グラクソ・スミスクライン株式会社

シー オー ビー ティー

**COPDは、タバコの煙などによって起こる肺の炎症が原因で、  
下記のような症状がみられる肺の疾患です**

## こんな **症状** ありませんか？

「なんで、せきが止まらないんだ？」



**せき・たん**

**息切れ**



「はぁ…  
坂道や階段を上ると息苦しい」  
「同年齢の人の歩くスピードについていけない…」

「ずっと体調が悪い…  
なかなか風邪が治らない」



**長引く風邪様症状**

シー オー ビー ティー

**COPDは他の疾患へ悪影響を及ぼす可能性があります**

狭心症  
急性冠症候群



抑うつ

体重減少  
筋力低下

胃潰瘍  
胃食道逆流症



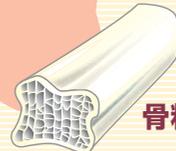
糖尿病  
メタボリック  
シンドローム



肺感染症  
肺癌



骨粗鬆症



是非、裏面にある  
呼吸チェックシートで  
確認してみましょう！