

## かゆみ治療の心得

かゆみ治療を良好に進めていくために、次のポイントを押さえましょう。

かゆみを上手に伝える。



お薬を指示通りに服用するまたは塗布する。



日常生活でできるかゆみ対策をしっかりと行う。

血液透析患者さんのなかには、かゆみを常に感じているために、気にしないようにしていたり、治療をあきらめている方もいらっしゃるかと思います。最近では血液透析患者さんのかゆみの研究が進み、新しいかゆみ治療薬も登場しています。かゆみでお悩みの方は、ぜひかゆみチェックリストを用いて、医師や医療スタッフの方々にご相談ください。

連絡先（病医院・薬局名）

血液透析療法を受けている方へ

## このかゆみのつらさを伝えてみませんか？

かゆみを上手に伝えてみましょう



かゆみは誰でも感じることでできる症状なので、感覚としては共感されやすいのですが、そのつらさとなるとなかなか伝わりにくいものです。とくに、血液透析患者さんのように慢性的に感じているかゆみのつらさを伝えるのはとても難しく、お悩みの方もいらっしゃると思います。そこで、次ページのかゆみチェックリストを活用して、かゆみを上手に伝えてみましょう。

監修：高森建二先生（順天堂大学 名誉教授）

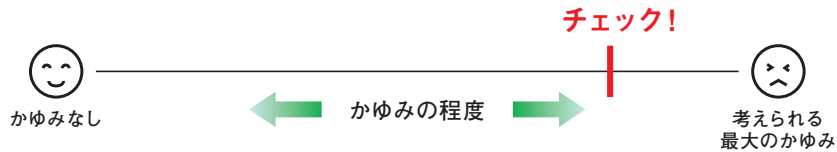
# かゆみチェックリスト

あなたが日頃感じているかゆみについて、以下の項目に教えてください。

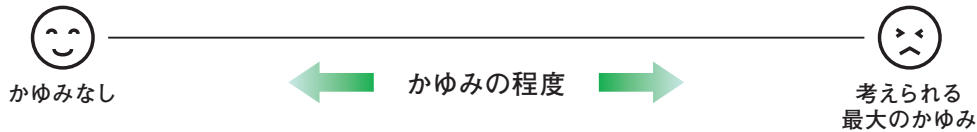
## かゆみの強さはどのくらい？

日中と夜間のかゆみについて、もっともかゆかったときのかゆみの程度を示してください。

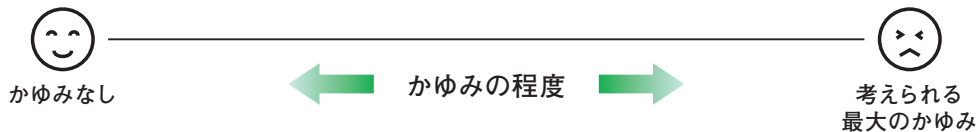
**記入見本** 真っ直ぐな線の左端を「かゆみなし」、右端を「考えられる最大のかゆみ」としたときに、日中または夜間のもっともかゆかったときのかゆみの程度に応じて垂直に線を引いてください。



## ☀️ 日中のかゆみ



## 🌙 夜間のかゆみ (就寝中)



1日のうち何回くらいかゆみを感じますか？  回 / 日くらい

1回のかゆみはどのくらい続きますか？  時間  分

あなたの血液透析歴は何年ですか？  年

かゆみはいつ頃から起きていますか？  から

## どんなときにかゆくなりますか？

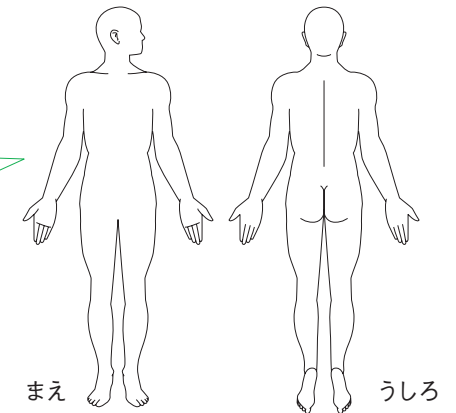
あてはまるところにチェック✓をつけてください。

- 空気が乾燥しているとき (冬場、暖房の効いた部屋など)
- 毛布や化繊の衣類に触れたとき
- 汗をかいたとき
- お風呂に入ったとき または 出たとき
- リラックスしたとき
- ストレスを感じたとき
- 血液透析をしているとき または 終わった後
- そのほか ( )

## かゆみを感じている部位はどこですか？

かゆみを感じている部位を○で囲んでください。

湿疹など皮膚症状があればコメントを記入してください。



## かゆみで困っていることは何ですか？