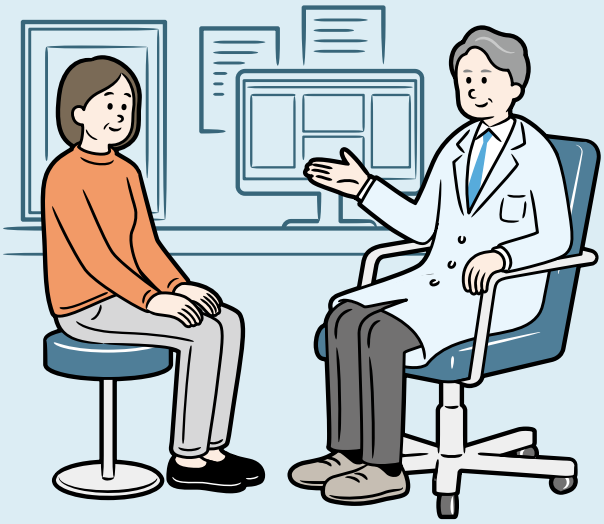
治療についてもっと話すために

関節リウマチ 症状チェックシート



監修：宮崎善仁会病院 リウマチセンター 所長 日髙利彦先生

GILEAD Eisai

本チェックシート及びRAPID3の計算は、必要に応じてご活用ください。

RAPID3とは

本チェックシートでは、疾患活動性を評価する指標として、RAPID3（Routine Assessment of Patient Index Data 3）を採用しています。RAPID3は、身体機能や疼痛、全般の各項目について、患者さんご自身にチェックいただくことにより関節リウマチの疾患活動性を短時間のうちに評価できる指標で、DAS28やCDAIなどとの相関が期待できるとの報告があります[1]。

※1 なお、本チェックシートにおける1項目の設問①～⑧より、関節リウマチの身体機能障害の評価指標であるmHAQを算出※2できます[1]。
※2 mHAQのスコアは①～⑧の8項目の平均値で算出します[2]。

1）Pincus T et al. J Rheumatol. 2008, 35(11), 2136-2147.
2）Daniel K_Arthritis Care Research_2011 63(11) 297-307.

RAPID3の計算例

1 最も当てはまるところに、チェック(✓)をいれてください。

この1週間をふりかえってみて、これからお聞きするようなことはどのくらいできますか？	何の困難もない	いくらか困難	かなり困難	できない
① ボタン掛けや靴ひも結びを含め、自分で身支度ができますか？	□ 0	☑ 1	□ 2	□ 3
② 就寝、起床の動作ができますか？	□ 0	□ 1	☑ 2	□ 3
③ いっぱい水の入ったコップを口元まで運べますか？	□ 0	☑ 1	□ 2	□ 3
④ 戸外の平坦な道を歩けますか？	□ 0	□ 1	☑ 2	□ 3
⑤ 体を洗いタオルで拭くことができますか？	□ 0	□ 1	☑ 2	□ 3
⑥ 腰を曲げて床にある衣服を拾い上げられますか？	□ 0	☑ 1	□ 2	□ 3
⑦（回転式の）蛇口の開閉ができますか？	□ 0	□ 1	☑ 2	□ 3
⑧ 自動車、バス、列車あるいは飛行機の乗り降りができますか？	□ 0	□ 1	□ 2	☑ 3
⑨ 歩こうと思えば、3キロメートル歩けますか？	□ 0	□ 1	□ 2	☑ 3
⑩ 好きなようにスポーツやレクリエーションはできますか？	□ 0	□ 1	□ 2	☑ 3
• 夜は十分に眠れますか？	□ 0	☑ 1.1	□ 2.2	□ 3.3
• 不安や神経質な気持ちに対処できますか？	□ 0	□ 1.1	☑ 2.2	□ 3.3
• 落ちこみや憂うつな気持ちに対処できますか？	□ 0	□ 1.1	☑ 2.2	□ 3.3

医師記入欄
①～⑩の合計：20
①～⑩の合計を3で割った値 A：6.7点

2 この1週間をふりかえり、あなたの病気による痛みの程度を教えてください。

痛みなし ○ 0 0.5 1.0 1.5 2.0 2.5 3.0 3.5 4.0 4.5 ● 5.0 5.5 6.0 6.5 7.0 7.5 8.0 8.5 9.0 9.5 10 ○ がまんのできない痛み

B：5点

3 病気や健康状態によるすべての影響を考慮すると、今の調子はどうですか？

非常によい ○ 0 0.5 1.0 1.5 2.0 2.5 3.0 3.5 ● 4.0 4.5 5.0 5.5 6.0 6.5 7.0 7.5 8.0 8.5 9.0 9.5 10 ○ 非常に悪い

C：4点

4 この一週間をふりかえり、体のだるさによりどのくらい生活に支障をきたしていますか？

だるさによる支障は全くない ○ 0 0.5 1.0 1.5 2.0 2.5 3.0 3.5 4.0 ● 4.5 5.0 5.5 6.0 6.5 7.0 7.5 8.0 8.5 9.0 9.5 10 ○ だるさにより著しい支障がある

A、B、Cの合計 RAPID3スコア：15.7点

東京都立多摩総合医療センター リウマチ膠原病内科 日本語版MDHAQより作成（一部改変）
https://www.tmhp.jp/tama/section/department/rheumatism/menu_mdhaq.html（2022年11月17日閲覧）

RAPID3における疾患活動性レベル

RAPID3スコア	0	3	6	12	30
疾患活動性	寛解		低疾患活動性	中等度疾患活動性	高疾患活動性

東京都立多摩総合医療センター リウマチ膠原病内科 日本語版MDHAQより作成（一部改変）
https://www.tmhp.jp/tama/section/department/rheumatism/menu_mdhaq.html（2022年11月17日閲覧）

治療についてもっと話すために

関節リウマチ症状チェックシート

監修：宮崎善仁会病院 リウマチセンター 所長 日髙利彦先生

1 最も当てはまるところに、チェック(✓)をいれてください。

この1週間をふりかえってみて、これからお聞きするようなことはどのくらいできますか？	何の困難もない	いくらか困難	かなり困難	できない
① ボタン掛けや靴ひも結びを含め、自分で身支度ができますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
② 就寝、起床の動作ができますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
③ いっぱい水の入ったコップを口元まで運べますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
④ 戸外の平坦な道を歩けますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
⑤ 体を洗いタオルで拭くことができますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
⑥ 腰を曲げて床にある衣服を拾い上げられますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
⑦ (回転式の) 蛇口の開閉ができますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
⑧ 自動車、バス、列車あるいは飛行機の乗り降りができますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
⑨ 歩こうと思えば、3キロメートル歩けますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
⑩ 好きなようにスポーツやレクリエーションはできますか？	□ 0	□ 1	□ 2	□ 3
• 夜は十分に眠れますか？	□ 0	□ 1.1	□ 2.2	□ 3.3
• 不安や神経質な気持ちに対処できますか？	□ 0	□ 1.1	□ 2.2	□ 3.3
• 落ちこみや憂うつな気持ちに対処できますか？	□ 0	□ 1.1	□ 2.2	□ 3.3

2 この1週間をふりかえり、あなたの病気による痛みの程度を教えてください。

痛みなし ○ 0 ○ 0.5 ○ 1.0 ○ 1.5 ○ 2.0 ○ 2.5 ○ 3.0 ○ 3.5 ○ 4.0 ○ 4.5 ○ 5.0 ○ 5.5 ○ 6.0 ○ 6.5 ○ 7.0 ○ 7.5 ○ 8.0 ○ 8.5 ○ 9.0 ○ 9.5 ○ 10 がまんのできない痛み

3 病気や健康状態によるすべての影響を考慮すると、今の調子はどうですか？

非常によい ○ 0 ○ 0.5 ○ 1.0 ○ 1.5 ○ 2.0 ○ 2.5 ○ 3.0 ○ 3.5 ○ 4.0 ○ 4.5 ○ 5.0 ○ 5.5 ○ 6.0 ○ 6.5 ○ 7.0 ○ 7.5 ○ 8.0 ○ 8.5 ○ 9.0 ○ 9.5 ○ 10 非常に悪い

4 この一週間をふりかえり、体のだるさによりどのくらい生活に支障をきたしていますか？

だるさによる支障は全くない ○ 0 ○ 0.5 ○ 1.0 ○ 1.5 ○ 2.0 ○ 2.5 ○ 3.0 ○ 3.5 ○ 4.0 ○ 4.5 ○ 5.0 ○ 5.5 ○ 6.0 ○ 6.5 ○ 7.0 ○ 7.5 ○ 8.0 ○ 8.5 ○ 9.0 ○ 9.5 ○ 10 だるさにより著しい支障がある

医師記入欄

①～⑩の合計 □

①～⑩の合計を3で割った値

A □ 点

B □ 点

C □ 点

A、B、Cの合計 RAPID3スコア □ 点

東京都立多摩総合医療センター リウマチ膠原病内科 日本語版MDHAQより作成（一部改変）
https://www.tmhp.jp/tama/section/department/rheumatism/menu_mdhaq.html（2022年11月17日閲覧）

以下の項目は、先生にお伝えしたいことがある場合にご記入ください。
（通院のたびに回答いただく必要はありません）

関節リウマチの治療を通じて「達成したいこと」や「できるようになりたいこと」をご記入ください。

例）関節破壊の進行が止まること

現在のお困りごとや先生に伝えたいことをご記入ください。

ご記入いただいた内容は、これからの治療方針を検討する上で大切な情報となります。症状や治療について先生にご相談される際、ぜひお役立てください。

ギリアド・サイエンシズ株式会社　エーザイ株式会社

JYS22SA0597PA
JYS1067AKA
2022年12月作成

関節リウマチ症状チェックシートの活用にあたって

関節リウマチの治療においては、「臨床的寛解」を治療目標として、目標達成に向けた治療（T2T：Treat to Target）を実施することが推奨されています。

T2Tでは、疾患活動性の定期的なチェックや治療内容の見直しを通じ、患者さんの臨床症状をコントロールするとともに、将来の関節破壊を抑制するなど長期的QOL改善を目指します。

そのため、患者さんと医師の間で疾患の状況を適切に把握し、治療方針を共有することが重要となります。

この「関節リウマチ症状チェックシート」は、疾患の状況や治療に対する希望などを患者さんに記入いただくものです。

患者さんと関節リウマチの状況や治療について話していただく際にチェックシートの結果をぜひお役立てください。

Smolen JS et al. Ann Rheum Dis. 2010, 69, 631-637.
竹内勤. 治療学. 2010, 44, 1081-1085.

ギリアド・サイエンシズ株式会社　エーザイ株式会社

JYS22SA0597PA
JYS1067AKA
2022年12月作成