

## 1. HOW TO STUDY ぜんそく



ぜん息患者さんが自分たちの体験を踏まえ、ぜん息患者さんの視点で、ぜん息の治療からぜん息と上手に付き合うノウハウまでをわかりやすくまとめた一冊。

A4判36頁 平成16年4月  
 監修/半蔵門病院副院長 灰田美知子  
 編集/NPO法人 環境汚染等から呼吸病患者を守る会(エパレク)

## 2.ひと目でわかる成人気管支ぜん息



成人ぜん息患者さんの発作・症状を引き起こす原因や、ぜん息への適切な管理、患者さんが日常的に行う対処方法などを簡潔にわかりやすく取りまとめたリーフレット。

A4判6頁 平成13年6月  
 監修/国立相模原病院 秋山一男

## 3.ぜん息・ピークフロー日誌



ピークフローの推移がわかる新しいタイプのぜん息日誌。

B5判本文80頁 平成15年3月  
 監修/すぐるこどもクリニック院長 勝呂宏  
 国家公務員共済組合連合会横浜南共済病院  
 池部敏市  
 神奈川県立こども医療センター  
 高増哲也

## 4.ピークフローメーターハンドブック



成人の方を対象に、ピークフローの効果的な使い方についてわかりやすく解説したパンフレット。

A5判本文16頁 平成20年8月  
 監修/すぐるこどもクリニック院長 勝呂宏  
 編著/神奈川県立こども医療センターアレルギー科  
 高増哲也

## 5.ひと目でわかる慢性気管支炎・肺気腫



なぜ息切れが起こるのか、その原因やメカニズムを解説するとともに、患者さん自身による生活全般にわたっての予防や自己管理の方法などがひと目でわかるよう、イラストを交えながらわかりやすくまとめたリーフレット。

A4判8頁 平成13年6月  
 監修/日本医科大学呼吸器内科教授 木田厚瑞

## 6.COPD患者さんのための包括的呼吸リハビリテーション実践プログラム



COPD 患者さんが包括的呼吸リハビリテーションを自宅で実践できるように、病気への理解を深め、日常生活を快適に過ごすための知識を盛り込んだ小冊子。

A4判本文20頁 平成15年3月  
 監修/日本医科大学呼吸器内科教授 木田厚瑞

## 7.呼吸筋ストレッチ体操(レッスン編)



慢性の呼吸器疾患患者の呼吸困難感をやわらげるための呼吸のストレッチ体操を紹介した小冊子。

B5判20頁 平成14年  
 監修/昭和大学医学部教授 本間生夫