

エドモントン症状評価システム改訂版（日本語版）(Edmonton Symptom Assessment System Revised Japanese version: ESAS-r-J)の使用法に関するガイドライン

ESAS-r の目的

- エドモントン症状評価システム (ESAS) は、1991 年に緩和医療の対象となる患者が頻繁に経験する 9 つの症状（痛み、だるさ、眠気、吐き気、食欲不振、息苦しさ、気分の落ち込み、不安、全体的な調子）のアセスメントに役立つように開発された評価票です¹⁾。また、ESAS-r には、患者個々の症状をあわせて評価できるように、10 番目の症状の欄を空けています。
- その後、ESAS は患者が理解しやすいよう、また間違えずに記載できるように改訂され、現在の ESAS-r となりました²⁾。加えられた主な修正点は、“現時点”での症状を評価するよう時間的な要件を明確にしたこと、旧版では記載する際に混乱が多く生じた症状については症状の定義を付記したこと、“他の症状”の項目には例を挙げるようにしたこと、全体のフォーマットを改良して読みやすくしたこと、があります。
- ESAS-r は患者側からの症状を捉えることを意図しています。しかし、患者の状態によっては介護者（家族）や医療者などからみた患者の症状の評価をすることも行います。ESAS-r を使用することにより、評価票に記載した“時点”での症状の強度を捉えることができます。さらに症状評価を繰り返すことにより、症状の経時的な変化を捉えることも可能です。
- ESAS-r は全人的なアセスメントの一部であるに過ぎません。ESAS-r をとること自体を症状アセスメントと捉えることは間違いです。

ESAS-r の使用法

- 特に、初めて ESAS-r を使用する患者においては、医療者のガイドのもとで、患者が ESAS-r の評価票に自ら記載するようにしてください。
- 症状の強度を 0（症状がないこと）から 10（症状がもっともひどい）の段階で評価するよう患者にあらかじめ説明します。
- 患者が“今の時点”で症状それぞれをどのように感じているかを記載してもらいます。医療者は“今の時点”の症状のみではなく、例えば、“この 24 時間（1 日）のうちで最もひどい時と最も軽かったときの強度”についても問診することを通して、症状のアセスメントにさらに役立てることもできます。

- 以下にあげます ESAS-r の症状の項目は、混乱を招きがちな項目です。患者がわかりやすく評価できるように、症状の定義を評価票に追加しています³⁾。
だるさ（元気が出ないこと）、眠気（うとうとする感じ）、気分の落ち込み（悲しい気持ち）、不安（心配で落ち着かない）、全体的な調子（全体的にどう感じるか）
- 改訂前の ESAS では、患者がしばしば“食欲”の評価を反対に（すなわち、0 を食欲なしとし、10 を最高に食欲がある）記載することがあったため、質問項目を“食欲不振”と改良しました。評価票をただ読んでもらうだけでなく、できるだけわかりやすく説明を追加し、理解していただくことをお勧めします。
- ESAS-r 評価票の裏側に掲載されている痛みの図は痛みのある場所を理解する上で役立ちます。
- ESAS-r 上の数値はそのままグラフにすることで症状の経時変化を追うことも可能になります（ESAS-r graph）⁴⁾。

いつ ESAS-r を使用するのがよいか

- 緩和ケアの在宅療養の場においては、訪問時、または電話でのフォローアップの時に毎回 ESAS-r で症状評価をすることが望ましいと考えています。身体症状が安定しており、心理社会的な問題がない時には、週一回程度に頻度を減らします。
- 余命が 2-3 か月程度の患者が対象となるホスピスや高次緩和ケア病棟では毎日 ESAS-r で症状を評価します。
- 緩和ケアのコンサルテーション・サービスにおいては、初回の問診の時とフォローアップのたびに ESAS-r で症状を評価します。

誰が ESAS-r を使用するのがよいか

- 患者自らが症状の強度の数値を記載することが望まれます。
- 意識の軽度低下などにより、患者が全ての症状の強度の数値を記載することはできないものの、家族や医療者の援助により記載することができれば、ESAS-r による症状評価は可能です。その場合、家族や医療者の援助による旨を記載します。（ESAS-r 評価票と ESAS-r graph には評価者がだれであるかの選択肢（患者さんご自身が記入、ご家族、医療従事者、ご家族・医療従事者が手伝い、患者さんが記入）が設けてあります。）
- 患者が、ESAS-r による症状の評価に参加できない場合、あるいは拒否した場合には、介護者や医療従事者が代わりに記載することも可能であるが、その場合にはその旨を必ず記載するようにします。

症状評価は観察とし、以下を目安にして評価を行います。

痛み：顔をしかめたり、歯をくいしばっている、痛みの刺激があると体をこわばらせる

だるさ：日中、床で横になっている時間が長い

眠気：意識状態が低下している

食欲不振：食事摂取量が低下している

息苦しさ：呼吸数が多い、呼吸努力が強い、そのために患者が辛そうにしている

気分の落ち込み：涙ぐむ、表情がない、ひととの交流をしなくなる

不安感：いらいらしている、落ち着きがない、ときに息苦しそうにしている

全体的な調子：患者が全体的にどのようにしているか

- 気分の落ち込みや不安、全体的な調子など、客観的な評価が不可能な場合、U (unable)と記載します。

ESAS-r による症状評価の記載場所

- ESAS-r 評価票を使用し、直接尺度の数値を選択するようにします。

その他

- ESAS-r graph には患者の ESAS-r による症状評価したときのフォルスタインの簡易精神症状評価尺度(Mini Mental Examination Score: MMSE)、緩和ケアパフォーマンススコア(Palliative Performance Score: PPS)を同時に記載する仕組みになっています。

本稿の英語版はエドモントン緩和ケアプログラムホームページにてご覧ください。

http://www.palliative.org/NewPC/_pdfs/tools/3C7%20ESASr%20guidelines%20Aug%202022%202014.pdf

参考文献

- 1) Bruera E, Kuehn N, Miller MJ, Selmsler P, Macmillan K. The Edmonton Symptom Assessment System (ESAS): a simple method for the assessment of palliative care patients. J Palliat Care 1991; 7:6-9.
- 2) Watanabe S, Nekolaichuk C, Beaumont C, Mawani A. The Edmonton Symptom Assessment System: what do patients think? Support Care Cancer 2009; 17:675-683.
- 3) Watanabe SM, Nekolaichuk C, Beaumont C, Johnson L, Myers J, Strasser F. A multi- centre study comparing two numerical versions of the Edmonton Symptom Assessment System in palliative care patients. J Pain Symptom Manage (accepted).
- 4) http://palliative.org/NewPC/_pdfs/tools/ESAS-r%20Graph.pdf

ESAS-r-J 使用にあたり

ESAS-r-J 使用にあたり、その許諾の必要はありません。ただし本評価票を用いた研究を公表される場合には、下記論文を出典として引用をお願いいたします。また、可能であれば、論文の別刷や発表抄録を国立がん研究センター先端医療開発センター精神腫瘍学開発分野までお送りいただけましたら幸いです。

【参考文献】

Yokomichi N, Morita T, Nitto A, Takahashi N, Miyamoto S, Nishie H, Matsuoka J, Sakurai H, Ishihara T, Tarumi Y, Ogawa A. Validation of the Japanese Version of Edmonton Symptom Assessment System-Revised. J Pain Symptom Manage (in press).

エドモントン症状評価システム改訂版

日本語版 (ESAS-r-J)

Edmonton Symptom Assessment System revised,
(Japanese version) (ESAS-r-J)

あなたは、今、どのように感じていますか。最もよくあてはまる数字に○を付けて下さい。

痛み 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(なし) (最もひどい)

だるさ 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(元気がでないこと) (なし) (最もひどい)

眠気 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(うとうとする感じ) (なし) (最もひどい)

吐き気 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(なし) (最もひどい)

食欲不振 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(なし) (最もひどい)

息苦しさ 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(なし) (最もひどい)

気分の落ち込み 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(悲しい気持ち) (なし) (最もひどい)

不安 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(心配で落ち着かない) (なし) (最もひどい)

[] 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
他の症状(例:便秘など) (なし) (最もひどい)

全体的な調子 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(全体的にどう感じるか) (最もよい) (最も悪い)

患者名 _____

日付 _____ 時間 _____

記入した人(チェックを一つ入れて下さい)

患者さんご自身が記入

ご家族

医療従事者

ご家族・医療従事者が手伝い、患者さんが記入

裏面からだの図があります。

図の中で痛みのあるところに印を付けて下さい。

