

ステララ®を使用される患者さんへ

クローン病 治療日記



_____ 年 ____ 月 ____ 日 ~ _____ 年 ____ 月 ____ 日 (Vol. ____)

監修：日比 紀文 先生

慶應義塾大学医学部 名誉教授

北里大学北里研究所病院 炎症性腸疾患先進治療センター 特別顧問

ステララ® クローン病 治療日記を お使いになる方へ

この日記はあなたの体調の変化を記録し
クローン病への治療効果を把握しかつ見直すことで、
ステララ®治療による副作用を
早く発見・対処するための記録ツールです。
ステララ®は初回のみ点滴注射した後、8週目に皮下注射し
その後は12週ごとに1回の間隔で投与します。
効果が弱くなれば8週ごとに短縮できます。
きちんと投与スケジュールを守って治療することが、
クローン病を上手にコントロールすることにつながります。

あなたの体調のバロメーターとして、
この日記をぜひご活用ください。



目次

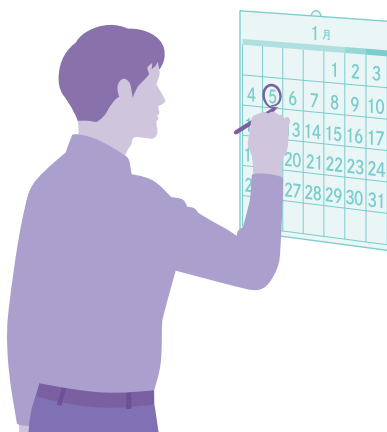
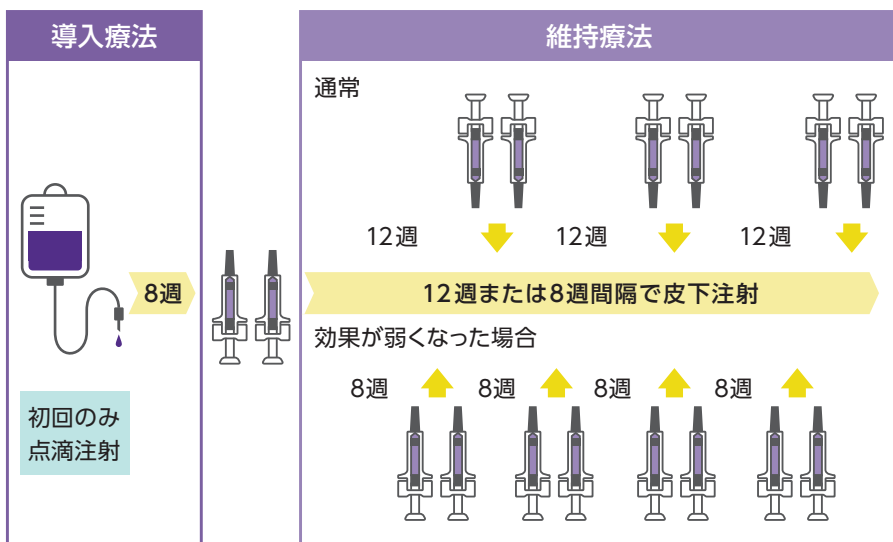
| | |
|----------------------|---|
| ステラーラ®の投与スケジュール | 3 |
| ステラーラ®による治療中の注意点 | 4 |
| ステラーラ®の副作用と日常生活上の留意点 | 5 |
| ステラーラ®治療日記の使い方 | 7 |
| 治療日記 | 9 |
| クローン病の患者さんサポート情報のご案内 | |



ステラーラ®の投与スケジュール

ステラーラ®は、初回のみ点滴注射にて投与します。

8週後の2回目の投与からは皮下注射となり、その後は12週間隔で投与します。効果が弱くなれば8週間隔に短縮できます。



ステララ®による治療中の注意点

ステララ®による治療中は、体の中で免疫（病原菌やウイルスと闘う力）の働きが弱まります。そのため、かぜやインフルエンザなどの感染症が重症化することがありますので、十分に注意してください。

感染症対策を しましょう!

- かぜやインフルエンザなどの感染症を予防するために、外出先から戻ったら、うがい・手洗いをしましょう。
- 感染症の流行期や人混みの中ではマスクを着用しましょう。医師にご相談の上、流行期の前にインフルエンザワクチンを接種しましょう。



生ワクチンの 接種は 避けましょう!

- 免疫の働きが弱まっているため、BCG、麻しん、風しん、おたふくかぜ、みずぼうそうなどの生ワクチンの接種は避けてください。



その他の 注意点

- ステララ®を注射した当日は、注射部位への刺激を避けてください。
- ステララ®の投与間隔をきちんと守りましょう。
- 妊娠を希望される場合は、医師にご相談ください。



ステララー®の副作用と日常生活上の留意点

ステララー®の投与により下記のような副作用があらわれる可能性があります。ふだんから体調を管理して、変化に十分気をつけましょう。体調に異常を感じることがあったら、必ず医師に相談しましょう。

主な副作用



かぜ症状

ノドが痛い、咳がでる、ゾクゾク(寒気が)する、頭痛がする、熱がでる、など。



アレルギー症状

発しん(じんましんなど)、かゆみ、など。



全身症状

疲れやすい、体がだるい、など。

その他の注意すべき副作用

- **アナフィラキシー**: アナフィラキシーは、医薬品の投与後30分以内に起こることが多いです。かゆみ、じんましんなどのアレルギー症状と似た症状のほか、声のかすれ、くしゃみ、ノドのかゆみ、息苦しい、心臓の動きがいつもより早く感じる、意識がうすれてくる、などの症状があります。
- **結核の再燃、肺炎などの重い感染症**: 過去に治療した結核がふたたび悪化したり(咳がつづく、熱がでる、など)、肺炎などの重い感染症を発症することがあります。
- **ウイルス性肝炎**: 過去にB型肝炎にかかったことのある方で、ふたたび肝炎の症状があらわれることがあります。投与前に検査をすることにより、過去の感染状況や現在の状況を把握し、治療に役立てていきます。
- **間質性肺炎**: 発熱や咳、息苦しい、体がだるい、などの症状があります。
- **悪性腫瘍(がん)**: ステララー®が原因であるかは明らかではありませんが、投与した方において皮膚および皮膚以外での悪性腫瘍発症の報告があります。

※ 気になる症状がありましたら、すぐに医師にご相談ください。

日常生活上の留意点

- かぜやインフルエンザにかからないように、普段から体調を管理しておきましょう。また、いつもと体調がちがうなと感じたら、医師に相談しましょう。
- 栄養バランスのよい食事を規則正しく摂りましょう。
自分の体に合った食品を把握しておきましょう。
体調が悪い時には、食事の内容や量を調節しましょう。
- できるだけストレスのない生活を心掛けましょう。
自分に合ったストレス解消法を見つけ、体にも疲れをためないように心掛けてください。睡眠を十分にとりましょう。
- タバコは控えましょう。
- 治療日記をつけ、気になることは医師に相談しましょう。



ステララ®治療日記の使い方

① 日付を記入してください。

② 全体的な体調については、当てはまる状態に「○」を記入してください。

③④ 排便回数と下痢については、1日の回数を記入してください。




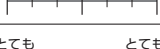




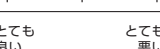



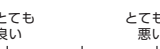
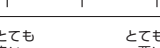
⑤ 食事の回数については、「①増えた(または改善した)」「②不変」「③減った(または悪化した)」の3段階で記入してください。

| 週 | 日付 | 全体的な体調 | 排便回数 | 下痢 | 食事の回数 |
|-------------|------|--------------|------|------|---------------------------------------|
| 1 週 目 | 4/10 | とても良い とても悪い | 6回/日 | 6回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | 4/11 | とても良い とても悪い | 5回/日 | 3回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | 4/12 | とても良い とても悪い | 4回/日 | 3回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | 4/13 | とても良い とても悪い | 4回/日 | 3回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | 4/14 | とても良い とても悪い | 4回/日 | 2回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | 4/15 | とても良い とても悪い | 3回/日 | 2回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | 4/16 | とても良い とても悪い | 3回/日 | 2回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| 2 週 目 | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |

| 目標 | 結果 | | メモ欄 |
|----------------------|------------------|-----------------------------------|---|
| | 1週間の振り返り | 目標の到達度 | |
| 4月10日 禁煙を続 ける。 | 1週間、禁煙 できました。 | 週の前半は熱が あった(37℃)が、 後半は治まった。 | 排便回数と 下痢は少しす わなくなったが、 行事中にトイレに 行くのが苦痛だ。 |
| 月 日 | | | |

- ⑥ 目標を記入してください。
- ⑦ 目標の到達度を記入してください。
- ⑧ 体調はどうであったのか、目標は達成できたのかなど、1週間を振り返ってみてください。
- ⑨ 気になったことや、次回医師に相談したいと思ったことをメモしてください。




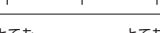










治療日記〔1週目～2週目〕

| 週 | 日付 | 全体的な体調 | 排便回数 | 下痢 | 食事の回数 |
|-----|----|---|------|-----|---------------------------------------|
| 1週目 | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| 2週目 | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |

1週間の目標と振り返り〔1週目～2週目〕

| 目 標 | 結 果 | 1週間の振り返り | メ モ 欄 |
|-----|--------|----------|-------|
| | 目標の到達度 | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |















治療日記〔3週目～4週目〕

| 週 | 日付 | 全体的な体調 | 排便回数 | 下痢 | 食事の回数 |
|-----|----|---|------|-----|---------------------------------------|
| 3週目 | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| 4週目 | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |

1週間の目標と振り返り〔3週目～4週目〕

| 目 標 | 結 果 | 1週間の振り返り | メ モ 欄 |
|-----|--------|----------|-------|
| | 目標の到達度 | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |

治療日記〔5週目～6週目〕

| 週 | 日付 | 全体的な体調 | 排便回数 | 下痢 | 食事の回数 |
|-----|----|---|------|-----|---------------------------------------|
| 5週目 | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| 6週目 | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い  とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |

1週間の目標と振り返り〔5週目～6週目〕

| 目 標 | 結 果 | 1週間の振り返り | メ モ 欄 |
|-----|--------|----------|-------|
| | 目標の到達度 | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |

治療日記〔7週目～8週目〕

| 週 | 日付 | 全体的な体調 | 排便回数 | 下痢 | 食事の回数 |
|-------------|----|--|------|-----|---------------------------------------|
| 7 週 目 | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| 8 週 目 | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |

1週間の目標と振り返り〔7週目～8週目〕

| 目 標 | 結 果 | 1週間の振り返り | メ モ 欄 |
|-----|--------|----------|-------|
| | 目標の到達度 | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |

治療日記〔9週目～10週目〕

| 週 | 日付 | 全体的な体調 | 排便回数 | 下痢 | 食事の回数 |
|------|----|--------------|------|-----|---------------------------------------|
| 9週目 | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| 10週目 | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |

1週間の目標と振り返り〔9週目～10週目〕

| 目 標 | 結 果 | 1週間の振り返り | メ モ 欄 |
|-----|--------|----------|-------|
| | 目標の到達度 | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |

治療日記〔11週目～12週目〕

| 週 | 日付 | 全体的な体調 | 排便回数 | 下痢 | 食事の回数 |
|--------------|----|--|------|-----|---------------------------------------|
| 11 週 目 | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| 12 週 目 | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |
| | / | とても良い とても悪い | 回/日 | 回/日 | ①増えた(または改善した) ②不変 ③減った(または悪化した) |

1週間の目標と振り返り〔11週目～12週目〕

| 目 標 | 結 果 | 1週間の振り返り | メ モ 欄 |
|-----|--------|----------|-------|
| | 目標の到達度 | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |
| 月 日 | | | |
| | | | |

MEMO

A series of horizontal dotted lines for writing.

A series of 20 horizontal dotted lines spanning the width of the page, providing a guide for handwriting practice.

クローン病の患者さんサポート情報のご案内

- ▶ クローン病に関する情報サイト

IBD LIFE

<https://www.ibd-life.jp/>



- ▶ ステララ®を使用されているクローン病患者さん向けウェブサイト

ステララ®.jp

<https://www.stelara.jp/>



- ▶ 患者さんサポートコミュニティ

トモノワ®

<https://www.tomonowa.jp/ibd>



- ▶ クローン病患者さんのためのお役立ち情報サイト

知っトクカフェ クローン病

<https://www.remicare.jp/cd/>



医療機関名