

●アレルギー性鼻炎の強さチェック表

種類 \ 程度	4+	3+	2+	+	-
1日のくしゃみの回数	21回以上	20～11回	10～6回	5～1回	0回
1日に鼻をかむ回数	21回以上	20～11回	10～6回	5～1回	0回
鼻づまりの程度	1日中完全に つまっている	鼻づまりが 非常に強く 口呼吸が 1日のうち かなりの時間ある	鼻づまりが強く 口呼吸が 1日のうち時々 ある	口呼吸は まったくないが、 鼻づまりはある	鼻づまりを 感じない
日常生活への 支障度※	まったく できない	手につかないほど 苦しい	たまに苦しさ を感じる	あまり 差支えない	支障がない

※仕事、勉学、家事、睡眠、外出などへの支障