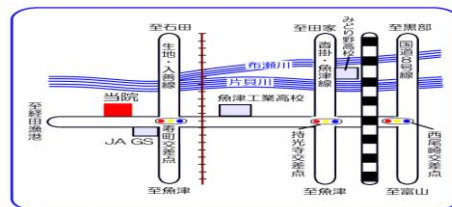


# クリニックかわら版



大崎クリニック 院長 大崎緑男 魚津市寿町4-5 TEL (0765)23-1001  
ホームページアドレス <http://www.oosaki-clinic.com/>

## COPD(慢性閉塞性肺疾患) (No.12) 2012. 8. 1発行

COPD(慢性閉塞性肺疾患)と言う病気をご存知でしょうか。従来、肺気腫や慢性気管支炎と呼ばれてきた疾患の総称です。今回はCOPDについて説明します。

### 1. COPD は身近な病気

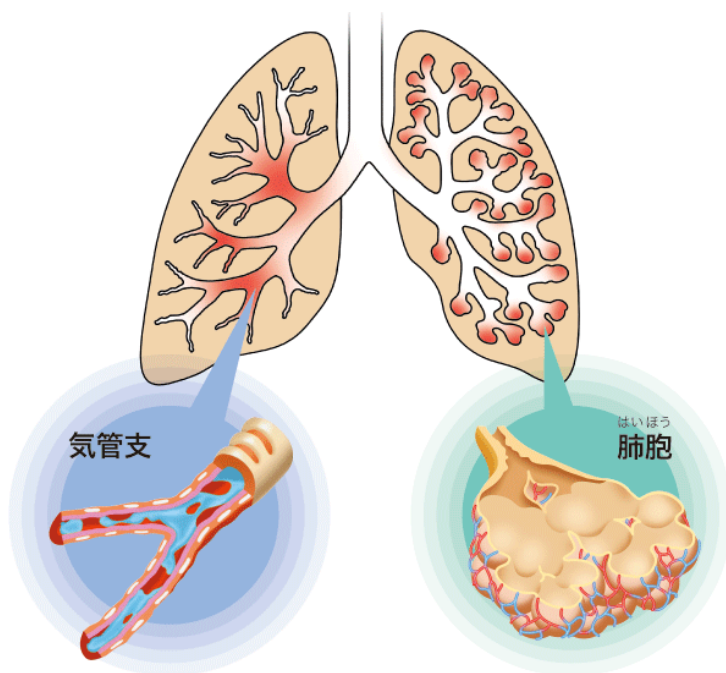
COPD は咳、痰、息切れなどありふれた症状から始まるので、見逃されがちです。COPD にかかる人は年々増えています。現在、日本人の死亡原因の第10位となっています。COPDによる死亡者数は世界的にも増え続けており、世界保健機構(WHO)は、2030年には死亡原因の第3位になると予想しています。

### 2. COPD はこうして起きる

タバコなどの有害な空気を習慣的に吸い込むことにより、空気の通り道である気道(気管支)や、酸素の交換を行う肺(肺胞)に図に示すような障害が生じます。その結果、空気の出し入れがうまくいかなくなり(①気管支が狭くなり空気が出にくくなる、②肺胞の血管が壊れ酸素を受け取りにくくなる)、息切れが起こります。

### COPDの気管支・肺胞ではこんなことが起きています

気管支壁が炎症によってむくんだり、痰などの分泌物が気管支内に大量に出ることにより、空気の通り道がふさがれ、呼吸しにくくなる。



気管支の先にある、酸素を取り込む場所であるぶどうの房状の肺胞が炎症によって壊され、酸素を取り込みにくくなり、呼吸が苦しくなる。

### 3. 当クリニックで行なっている検査

**肺機能検査** : 1 秒間に吐くことができる呼気量を測定することにより、気道の狭くなっている度合いをみます。肺年齢を評価することもできます。

**胸部 X 線検査** : 肺の構造変化を評価します。典型的な症例では肺の過膨張を認めます。

### 4. 当クリニックにおける治療

**禁煙** : COPD はタバコ病と言って良いほど、主たる原因は喫煙です。まずは、**禁煙**です。

**感染予防** : COPD は、インフルエンザ、肺炎といった感染症により急激に増悪します。インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンの予防接種が有効です。

**薬物療法** : 息切れをやわらげ、運動能力を高める目的で行います。**気管支拡張剤**（抗コリン剤、 $\beta 2$  刺激剤、テオフィリン製剤）や**吸入ステロイド剤**を用います。それぞれの患者さんの状態に応じて使い分けます。

**呼吸リハビリテーション** : 息苦しさをやわらげる**呼吸法**、呼吸する筋肉を鍛える**運動法**、体重を維持し筋肉を保つ**栄養管理**を指導します。

**在宅酸素療法** : COPD が進行し低酸素状態となった時に、開始します。

### 5. あなたの '呼吸' をチェックしてみませんか？

#### グループ1

1 40 歳以上ですか？

#### グループ2

1 毎日タバコを吸っていますか？今はやめていても、過去 10 年以上喫煙していたことがありますか？

2 家庭や職場の空気環境に問題ありませんか？

(家族に喫煙者がいる、交通量が多い場所に住んでいる、仕事で化学物質を扱っているなど)

#### グループ3

1 咳や痰が出ていませんか？

2 階段を昇ったり、軽い運動をする時に、息切れしませんか？  
(同年代に比べて息切れしやすくないですか？)

3 風邪をひきやすい、風邪が長引きやすいですか？

グループ1, 2, 3のそれぞれに1つ以上チェックがついた方は、**健康な呼吸ができていない**かもしれません。ぜひ、ご相談ください。

**COPD?**