

COPD（慢性閉塞性肺疾患）

どんな病気??

COPD という病気は、高血圧や糖尿病とは違いあまり聞きなれないかもしれませんが「肺気腫と慢性気管支炎の2つを合わせた病気」と聞けば知っているかたも多いと思います。この病気は、生活習慣と関係があり長い時間かけて進行し、後戻りできないのが特徴です。進行すると、息切れのため日常生活に支障をきたす様になり最悪の場合は命を奪われることも少なくありません。厚生労働省の統計によれば、平成27年度のCOPDによる死亡者は1万6000人前後で我が国で10番目の死亡原因となっています。COPDの認知が低いため、初期の軽い症状では診断されず（診療・診断を受ける機会を逃し）気が付いた時にはかなり重症化している場合が多いと考えられます。

診断はどうするの??

- ① 問診・・・喫煙歴・労作時の息切れ・長引く咳など、日常生活の制限状態を聞く
- ② 呼吸機能・・・確定診断・・・軽症～重症を分類します（I期～IV期）
- ③ 画像診断・・・レントゲン…（初期の診断は苦手）CT スキャン…（CT スキャンは、確定診断の際は不可欠と考えます）長期にわたる喫煙・労作時の呼吸困難・長引く咳痰を認められれば、まず内科を受診してください。

皆様も、喫煙歴があり、最近労作時呼吸苦・長引く咳・痰があるならば、一度医師に相談してください。何より早い診断・早い禁煙・適切な治療が今後の日常生活の質を左右します。禁煙外来などの専門診療科も増えています。35歳以上の場合、（1日の喫煙本数×喫煙年数）が200以上ならば保険診療が受けられます。

どんな症状??

多くの患者がタバコによる有害物質の吸入で発症し進行します。**患者の90%が喫煙者です。**発症リスクは、喫煙を始めた年齢・喫煙本数・喫煙年数に関係し、喫煙量が多いほどリスクは高くなります。高齢者に多い傾向ですが、若い人や少量の喫煙でも発症することがあります。慢性の炎症のため肺胞が壊れて酸素の取り込み二酸化炭素の排出する機能が低下し息苦しさが出ます。平坦な道はあまり症状（息切れ）が出ないのに、坂道や階段を上がったたり、荷物を持って歩いたり入浴などで、息切れや呼吸苦などが認められ、日常生活に支障をきたすことで、はじめて気が付くことが多く軽度にて見つかることが困難になっています。また長引く咳、時に痰を伴うこともあります。喘息を合併することもあります。（COPD オーバーラップ症候群）

治療はどうするの??

- ① 何はともあれ禁煙！！（いつからでも遅くない…ただちに禁煙）喫煙を続けると呼吸機能の悪化（労作時の呼吸苦）は加速してゆきます。禁煙を開始することで、その後の呼吸機能の低下は、加速的悪化が止まり、呼吸機能の低下は緩やかになり、タバコを吸わない人とほぼ同じ経過をとることができるかとされています。
- ② 感染の予防肺炎などで急激な増悪を認めます、そのため予防接種を積極的に接種する。
- ③ 薬物療法 気管支拡張剤（抗コリン剤、テオフィリン等）
- ④ 呼吸リハビリ・酸素吸入法・換気補助療法など
- ⑤ 外科療法など

多摩東部地域産業保健センター 〒181-0013 東京都三鷹市下連雀 3-38-4 三鷹産業プラザ 404
TEL 0422-24-6906 FAX 0422-24-6908
メールアドレス sanpo@kind.ocn.ne.jp HP <http://www.sanpo-tama.jp/>