

健康ワンポイントアドバイス

発行：十日町市中魚沼郡医師会

発行日：平成29年12月発行

第185号



「気管支喘息について」

新潟県立松代病院 院長 鈴木 和夫 先生

“気管支喘息(以下、喘息)”は、わが国でこの20年間に最も死亡率が減少している疾患です。現在放送中のNHK連続テレビ小説「わろてんか」の主人公の兄のように、以前は喘息で亡くなること(喘息死といえます)も少なくありませんでした。

現在は、吸入ステロイド薬などの治療薬の発展により、救急外来を受診する喘息患者さんも減少し、喘息死もほとんど見られなくなりました。それでも、2013年には全国で1,728人の方が、喘息で亡くなっています。

指導率は減少しましたが、喘息の有病率の増加が問題となっています。喘息患者さんは、1960年代は100人に1人位の割合でしたが、近年は10人に1人以上となっており、世界中でその増加が問題視されています。

そもそも、喘息とはどのような病気でしょうか。喘息では、人間の体に酸素を取り込むための気道(鼻、喉、気管、気管支など)が細くなったり(狭窄といえます)、元にもどったりすることにより、“ゼーゼー・ヒューヒュー”したり、呼吸が苦しいと感じたり、長引く咳(特に体を動かしたり、夜間など)などで特徴づけられる疾患です。気道に、慢性の炎症が生じることにより、気道の狭窄が生じ、症状が出現するとされています。

咳だけを症状とする喘息や、自分では、“ヒューヒュー・ゼーゼー”を自覚していない場合もあり、「なんとなく胸苦しい」、「咳が長引く」などの症状がある場合には医療機関の受診が必要です。

喘息の治療はどのようなものがあるのでしょうか。先述しましたが、治療の中心は、吸入ステロイド薬となります。吸入ステロイド薬は、全身への影響がほとんどなく、気道の炎症をおさえ、喘息の症状を改善し、さらに症状をおこりにくくする薬剤です。重要な点は、症状が改善したからといって治療を自己判断で中止してはいけないということです。治療が不十分であると、気管支の狭窄がもとに戻らなくなることも知られています。

さて、どのようにすれば喘息死を防ぐことができるのでしょうか。厚生労働省の『喘息死ゼロ作戦』は、①患者教育、②急性発作への対応、③長期管理の徹底、の3つが示されています。喘息死がありえることを忘れず、自己判断による治療中止をしないようにし治療を継続することが重要です。禁煙ももちろん大切です。インフルエンザ・ワクチン接種も忘れてはいけません。

なお、喘息に関する教材は、公益財団法人日本アレルギー協会(URL：<http://www.jaanet.org>)などからだれでも入手することができます。