



### COPD（慢性閉塞性肺疾患）について

#### ご存知ですか？COPD（シーオーピーディー）

肺の生活習慣病とも言われている「COPD」とは、Chronic Obstructive Pulmonary Diseaseの略で、肺気腫や慢性気管支炎も合わせた、慢性閉塞性肺疾患という病気のことです。

気管支が炎症を起こしたり肺泡が破壊されて肺機能が低下し、悪化するとせき・たん・息切れが強くなり生活に支障をきたします。せきや呼吸困難などの症状は気管支喘息と似ていますが、進行性であるという点で異なります。

日本では約530万人を超える患者数があると言われており、年々死亡者数が増えています。あまり知られていない病気であることから、適切な治療を受けているのは22万人ほどとなっています。



#### 原因と症状

最大の原因は喫煙ですが、粉じん、大気汚染や乳幼児期の呼吸器感染、遺伝なども原因としてあげられ、受動喫煙も発症の原因となります。たばこの煙や化学物質などの有害物質の吸引によって、気管支の組織が炎症を起こし、たんが溜まることで空気が通りにくくなります。また、肺泡が破壊されて酸素をうまくとりこめなくなってしまうのです。

次のような症状がある方は、COPDの可能性ががあります。

- 少しの動作で息切れしやすい
- 一日に何度もせきが出る
- 黄色や粘り気のあるたんが出る
- 呼吸をする時にゼイゼイ・ヒューヒューと変な音がする



#### COPDの診断

上記の自覚症状がある人は、かかりつけ医か呼吸器科の受診をおすすめします。特に喫煙歴が10年以上ある人、40代以上の方はリスクが高いため、早めに受診しましょう。診断には「スパイロメーター」という機器で呼吸機能検査を行います。これは、思い切り呼吸をしたときの呼吸効率を測定するもので、機種によっては「肺年齢」として数値が出るものもあります。また、CTなどの画像診断も、肺の状態を知るのに役立ちます。

#### 治療は、まず禁煙！

まずは禁煙です。いったん低下した肺の機能回復は困難ですが、禁煙と薬物治療によって悪化を防ぎ、生活をスムーズにできます。

薬物療法には、気管支を拡げて呼吸を楽にする気管支拡張薬（吸入薬、貼り薬、内服薬）があり、重症者には酸素を供給する器具を使用するなど、酸素療法で呼吸をサポートします。



呼吸をするだけでも身体に負担がかかり体力の消耗が激しいCOPDの方にとって感染症は大敵です。手洗いや予防接種などで予防を心がけましょう。