

喫煙がもたらす「COPD」の怖さを知って!!

COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは、肺気腫や慢性気管支炎と呼ばれている病気の総称で、たばこの煙に含まれる有害物質のために呼吸機能が低下し息切れ、咳や痰のため呼吸がしにくくなる病気です。

☆COPDの原因

主に喫煙で気管や気管支に炎症が起こり肺胞が破壊されて起こります。日本では、患者さんの約9割が喫煙者や過去に喫煙していた人です。また、たばこの副流煙を吸い込む受動喫煙や、子どもの頃に発症した気管支ぜんそくや肺炎などがきっかけとなって起こるとも言われています。

たばこを吸い続けると、肺に炎症が進み、肺胞が破壊されます。肺の炎症が慢性化すると、気管や気管支の壁が厚くなり、気道が狭くなります。さらに、肺は空気を十分に吐き出すことができなくなり、膨れ上がっていきます。肺気腫の始まりです。

肺胞は、一度破壊されてしまうと再生しないため、呼吸機能は元には戻りません。

☆COPDの症状

①COPDの代表的な症状は息切れです。初期症状では、息切れは

ほとんど現れませんが、進行すると平地を歩いていても起こるようになります。さらに症状が進むと、安静時でも呼吸が苦しくなるようになります。喫煙歴があり、同年代の人と比べて階段や道で息切れがしやすいという人の場合は注意が必要です。

②その他の症状には、慢性的に続く咳や疲労感があります。

③COPDになると、筋力低下、骨粗鬆症やうつ病などが発症しやすくなります。さらに、肺炎や肺がん、心筋梗塞などの命に関わる病気を合併しやすいことがわかっていきます。

④かぜやインフルエンザ、肺炎などの感染症の引き金となって、悪化する危険があります。

☆COPDの検査

COPDの診断に重要なのが、スパイロメーターという装置による呼吸機能検査です。

①1秒量 最初の1秒間に吐き出す息の量。

②肺活量 思いきり吐き切った息の総量が測定されます。

③1秒率 1秒量を肺活量で測った値が算出されます。

1秒率の判定では、1秒率が70%未満の場合、COPDを発症してい

ると考えられます。確定診断のため息切れを起こす気管支ぜんそくや気管支炎、肺結核などの病気の有無についても精査が必要です。

☆COPDの薬物療法

(1)気管支拡張薬などを使うことで呼吸がしやすくなります。

①ごく軽度のCOPDの場合は、効果が続く時間が短い短時間作用性抗コリン薬や短時間作用性 β 刺激薬を、必要に応じて使用します。

②中等度以上のCOPDの場合は、効果が長時間続く長時間作用性抗コリン薬、あるいは長時間作用性 β 2刺激薬を、1日1〜2回使用します。いずれか1種類では効果が不十分な場合は2つを併用します。

(2)酸素療法・換気補助療法

COPDがさらに進行して重度になると、血中酸素が著しく低下し、睡眠中に低酸素の状態になり、心不全などを引き起します。そのような場合には、空気中の酸素を濃縮して酸素を補給する酸素療法や、機械によって呼吸を補助する換気補助療法が検討されます。とにかく、早急に禁煙を始め悪化を疑う症状が現れた場合は、速やかに医療機関を受診し、治療を受けることが重要です。