

慢性閉塞性肺疾患 Chronic Obstructive Pulmonary Diseaseの頭文字を取ってCOPDと呼んでいます。また慢性閉塞性肺疾患はCOPDの日本語訳です。COPDは、気管支の炎症や肺の弾性の低下によって、肺への空気の流れが慢性的に悪くなる病気です。慢性気管支炎や肺気腫として診断されることもあります。最近はこちらを含めてCOPDと呼ぶようになってきました。**COPDはゆっくりと進行し、肺の機能が元にもどることはありません。悪化すると呼吸不全や心不全により、死につながる怖い病気です。**

KYOTO MEDICAL ASSOCIATION

BeWell

医師会からの健康だより

発行／京都府医師会

これだけは知っておきたい
健康の知識

VOL. **32**

COPD とは何？



日本でも患者は多いのですか？

COPDは、人口の高齢化に伴い、世界中で慢性疾患の罹患率や死亡率の増加の主要原因となっています。2000年のWHO(世界保健機関)の報告では、世界の死亡原因の第4位にランクされており、将来的に罹患率・死亡率ともますます増えることが予測されています。

わが国でもCOPDの潜在患者数は500万人を超えていると考えられていますが、実際に治療を受けているのは20数万人です。**多くの方がCOPDと気付かないまま適切な診断・治療を受けずにおり、症状が増悪した末期になってから初めて診断され治療を受けているのが現実です。**特に日本では高齢者が多く喫煙歴が高いことから、患者数が増加することが危惧されています。

COPDとタバコの関係は？

COPDは別名「**タバコ病**」と呼ばれるように、長期間、たくさん喫煙してきた人に多い病気で、**患者さんの80~90%は喫煙者です。**ただし高度の喫煙者でも、COPDになるのは全体の15~20%ぐらいで、発症するかどうかは遺伝子の違いによる喫煙感受性が関与しているようです。

COPDの原因は、タバコだけですか？

喫煙以外にも、大気汚染や職業的な塵埃や化学物質なども刺激になります。特に、鉱山や建築現場、自動車工場、牧場、ペットショップなどで働いたり、ヘビースモーカーの家族と一緒に暮らしている人は要注意です。

COPDの症状は？

咳、痰、および労作時の息切れ(呼吸困難)等の症状が特徴です。慢性的な咳や痰は呼吸機能がひどく低下する前からみられることがあります。

COPDの診断は？

COPDの診断は、スパイロメーターを使った肺機能検査で行います。スパイロメーターで、息を最大限に吸ってから強く吐き出した息の最大量(努力性肺活量)と、最初の1秒間で吐き出せる息の量(1秒量)を測ります。1秒率(1秒量を努力性肺活量で割った値)が70%以下だと、COPDの疑いがあります。

1) 2) に加え、
3) 4) 5) のひとつでも
「はい」のある人はCOPDの
可能性があります。
肺機能検査を受けること
をお勧めします。

COPDのチェック

- | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 1) 50歳以上ですか？ | はい <input type="checkbox"/> | いいえ <input type="checkbox"/> |
| 2) 10年以上喫煙していますか？ | はい <input type="checkbox"/> | いいえ <input type="checkbox"/> |
| 3) 咳や痰がよくでますか？ | はい <input type="checkbox"/> | いいえ <input type="checkbox"/> |
| 4) 息をするとゼーゼー、ヒューヒューと音がしますか？ | はい <input type="checkbox"/> | いいえ <input type="checkbox"/> |
| 5) わずかな坂道や階段でも息切れがしますか？ | はい <input type="checkbox"/> | いいえ <input type="checkbox"/> |

COPDの治療

1) 禁煙

現在もタバコを吸っている患者さんに、最も効果的な治療法は「禁煙」です。長年喫煙していた人でも呼吸機能の下降スピードが、禁煙によって普通の人と同じ程度まで緩むことがわかっています。

病気を重症化させないためには、少しでも早く禁煙することが大切です。



2) 薬物療法

薬剤の吸入療法が基本になります。2刺激薬や抗コリン薬などの吸入療法は作用が速やかで投与量が少なくすみ、高齢者にとっても安全な治療法です。また重症の患者や経口ステロイド薬に反応する患者には吸入ステロイド薬が用いられることもあります。

3) 酸素療法

呼吸機能が低下して、呼吸不全に進行した場合には、**在宅酸素療法**の対象となります。健康保険が適用されるのは、通常の呼吸で動脈血の酸素分圧が55Torr以下の場合、あるいは動脈血の酸素分圧が60Torr以下で、運動時や睡眠時に顕著な「低酸素血症」を起こす場合です。

4) 呼吸リハビリテーション

呼吸リハビリテーションにより、呼吸困難の軽減、運動耐性能の改善、健康関連QOLの改善などの効果が期待されます。特に下肢のトレーニングは科学的評価に耐えるデータがあり推奨されています。具体的には歩行訓練が容易で安全に実施可能です。他には自転車エルゴメーター、トレッドミルなどがあります。

ホームページの紹介

禁煙について <http://web.kyoto-inet.or.jp/people/zensyou>
COPDについて <http://www.copd-info.net>