駅前健康相談センターだより

気管支ぜんそく

どんな病気か？

「気管支ぜんそく（ぜんそく）」は、空気の通り道である気道に慢性的な炎症が起きて、刺激に敏感な状態になっている病気です。

ぜんそくの患者さんの気管支は、健康な人に比べて細く狭くなっています。わずかな刺激でも発作が起こりやすく、呼吸が苦しくなり、呼吸をするときにゼーゼー、ヒューヒューと音がしたり、咳などが起こります。

ぜんそくは、“子どもの病気”というイメージがあるかもしれませんが、大人にも少なくありません。大人になってから初めて発症する場合においては、高齢者が風邪をきっかけに、ぜんそくを起こすケースがあります。

大人のぜんそくには、典型的なぜんそく発作の症状が現れずに咳だけが続く「咳ぜんそく」のような場合も多く、風邪が長引いていると思われて、ぜんそくと気付かないこともあります。

ぜんそくのタイプ

ぜんそくは、発症や経過に関わる要因が多様で、さまざまなタイプがありますが、大きく二つに分けられます。

＊アトピー型＊

生活環境のなかの特定の物質に対するアレルギーが検査で確認できます。

小児期のぜんそくはほとんどがアトピー型で、成長とともに症状が現れにくくなりますが、中年期以降になって再び発症することもあります。

＊非アトピー型＊

生活環境のなかの特定の物質に対するアレルギーが検査で確認できません。

大人になってから初めてぜんそくを発症した患者さんには、非アトピー型が多いと言われています。

他にも、高齢者のぜんそくではＣＯＰＤ（慢性閉塞性肺疾患）を合併していることも多く、重症化しやすくなります。

どう治療する？

　ぜんそくは発作を繰り返すほど病気が進行するので、治療では発作が起こらないように予防することが重要です。
　現在、ぜんそくの治療で中心的な役割を果たしているのは薬物療法で、併せて日常生活での注意が大切です。

◎薬物療法

　ぜんそくの治療には、炎症を抑える「ステロイド薬」、狭くなっている気管支を広げる「気管支拡張薬」、アレルギー反応によって出てくる刺激性物質の反応を抑える「抗アレルギー薬」などが主に用いられます。
　吸入ステロイド薬などの長期管理薬を継続して使うことで、発作を起こさないようにコントロールしていきます。また、発作が起きてしまったら、速やかに発作治療薬を使って発作を抑えます。

◎日常生活での注意

　アトピー型では、ダニ・カビ・昆虫・花粉・ペットの毛・家のほこりなどアレルギーの原因となる物質の回避が重要です。
　非アトピー型では、風邪・気温や湿度の変化・たばこなどの気道を刺激する物質・精神的なストレス・運動などが発作のきっかけになりやすいので注意しましょう。これらは、アトピー型でも悪化の要因になります。

◆発作が起きたとき
　医師から指示された薬を使っても治まらないときは、我慢せず速やかに受診してください。

郡山駅前健康相談センターの御案内

開所日時　：　毎週火～日曜日　午前１０時～午後７時
担　　当　：　保健師・看護師・栄養士
場　　所　：　ビッグアイ７階　市民交流プラザ内
電　　話　：　０２４－９８３－７７１５

○ からだ、こころの健康・食生活・子育て等の相談
○ 食生活の相談（塩分濃度測定）
○ HIV・梅毒抗体検査　毎月第３土曜日　午後１時３０分～２時受付　定員１８名（予約なし）
○ 骨コツ相談（骨密度測定）毎月第１、４土曜・第２木曜日　午後１時３０分～４時（要予約）
○ 母子健康手帳・予防接種券の交付

発行：郡山駅前健康相談センター　令和２年１２月