

朝日大学歯学部附属村上記念病院の西村浩一呼吸器内科教授  
＝岐阜市橋本町

## せきやたん、 息切れがひどい人は要注意。 肺機能検査を。

### ドクターに相談 ちよっと気になる体の悩み

急を要するわけではないけれど、ちよっと困っている体の悩みを専門の先生に相談します。

今回は  
COPD

西村浩一さん

にしむら・こういち  
1958年京都府出身。徳島大学医学部卒。京都大学大学院医学研究科博士課程修了。京都大学胸部疾患研究所、京都桂病院呼吸器センター勤務などを経て、昨年10月から岐阜市橋本町の朝日大学歯学部附属村上記念病院呼吸器内科教授。

COPD(慢性閉塞性肺疾患)という呼吸器の病気が世界中で急増している。自覚症状がないうちに進行することもある慢性の疾患で、中年以上に多く発症、日本には推定で約五百万人の患者がいると言われている。COPDと診断されたらどうすればいいか、予防するにはどうしたらいいか、専門医でもある朝日大学歯学部附属村上記念病院の西村浩一呼吸器内科教授に聞いた。

最近COPDの患者が急増していると言いましたが、COPDとは、どつこう病気ですか。

西村 ● 慢性気管支炎と肺気腫を合わせて十数年前から、COPDと呼ぶようになりました。かつてはそれぞれに分けて病名がつけられていま

したが、両方の病変を持つ患者が多く、原因もタバコによつておこることから、ひとつの病気としてとらえるようになりました。気管支(気道の入り口)が狭くなったり、酸素交換を行う肺胞が壊れたりして空気の出し入れがうまくいなくなり、せきやたん、息切れなどの症状が出てくる病気です。自覚症状がなくても進行し、ひどくなると呼吸困難を引き起こしたり、意識がなくなったりします。ほとんどの原因が喫煙といわれ、「肺の生活習慣病」、「タバコ病」と呼ばれることもあります。

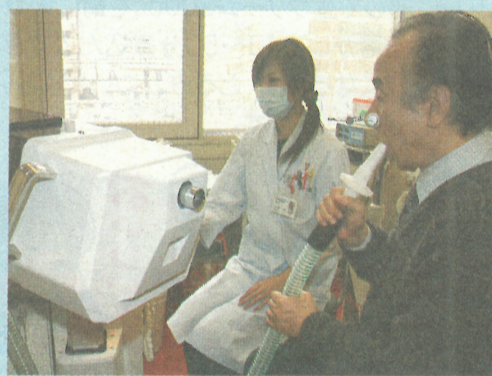
### 急増の原因は。

西村 ● 人口の高齢化が一番の原因と言われています。肺の機能はもともと高齢に

なるとゆるやかに低下してきますが、タバコを吸っている人の低下は急です。COPDは二十年から三十年、タバコを吸い続けることで発症することが多いので、患者さんは四十歳以上のことが多い。六十歳代になるとぐんと増えます。急速な高齢化に伴い日本でも患者が増え、二〇〇〇年に行われた国内調査では、約五百万人、四十歳以上の人口の8.5%がCOPDと推定されています。年齢別に見ると七十歳以上の高齢者が最も多く、欧米並みの有病率です。世界保健機関(WHO)は、二〇二〇年には、死亡原因の三位になると予想しています。

### 具体的に どんな症状があれば、 COPDが疑われますか。

西村 ● 代表的な症状は階段や坂道を上るときなど、体を動かした時の息切れやしこく続くせきやたんです。タバコを吸っている人で同年代の人と比べて「息があがりやすい」「歩ペースが遅れる」、風邪をひいていないのに「せきやたんが一日に何回も出る」などの症状がある人は、疑わしい。簡単にできる肺機能検



肺機能検査を受けて自分の「肺年齢」を知っておこう

査で診断がつかますので、早目に受診してください。早く発見できれば、治療の効果もあがりやす。自覚症状がなくても、かつてタバコを吸っていた人は、人間ドックや呼吸器内科のある医療機関で肺機能検査を受けておいたほうがいいと思います。COPDがある人は、風邪などをひいた場合、急性悪化することがあり、特に高齢者は注意が必要です。

### 予防するには、 また病気になるってしまったら どうしたらいいですか。

西村 ● タバコを吸わないのが一番。喫煙歴があってもタバコをやめれば、その時点から二年以内に、喫煙していない人の肺機能の低下率とほぼ同じになることが分かっています。できるだけ早い時期にタバコをやめてください。たとえ病気と診断されても

治療をすれば、病気自体は治らなくても症状は良くなります。「年だから」、「長い間タバコを吸ってしまったから」とあきらめないで、積極的に治療を受けてください。

治療法としては「禁煙」はもちろん、症状によって「薬物療法」「呼吸リハビリテーション」「ワクチン接種」「在宅酸素療法」などを併用していきます。動く息切れがするので家に閉じこもりが

ちになります。できる範囲内で運動することも大切。全身の運動になる散歩がお勧めです。運動量は医者と相談して、少し苦しいと感じる程度までやったほうがいいでしょう。何となく思っている人も、できれば一年に一回は肺機能検査を受けて「自分の肺年齢」を知り、健康維持に役立ててほしいと思います。