



シ ー オ ー ビ ー デ ー COPDの疫学

COPD (慢性閉塞性肺疾患) とは、従来、慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病気の総称です。

タバコ煙などの有害物質を長期にわたって吸入



することで生じた肺の炎症性疾患であり、喫煙習慣を背景に中高年に発症する生活習慣病といえます。

COPDは40歳以上の人口の8.6%、約530万人の患者様が存在すると推定されています(NICE study)。が、大多数が未診断、未治療の状態であると考えられます。また、COPDの最大の原因は喫煙であり、喫煙者の15〜20%がCOPDを発症します。COPDは死亡原因の9位、男性では7位を占めており、死亡者数は年々増加傾向にあります。(2014)



COPDの症状

これだけ身近な疾患であるにも関わらず、未診断、未治療が多い理由としては、COPDの症状が身体を動かした際の息切れや、咳、喀痰など日常生活にありふれたものばかりであり、患者様自身が増える変化と勘違いしてしまいがちです。そのために、日常生活の中で「最近、身体を動かすのが辛い」「同年代の友人より歩くのが遅い」「お風呂に入るとなんだか息苦しい」などの僅かな違和感に気付いて頂くことが大切です。

予防と治療

COPDの治療で最も重要な事は禁煙です。喫煙を続けると呼吸機能の悪化が加速してしまいますので、禁煙が治療の基本となります。また、増悪をさけるためには、インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンの接種が勧められます。

薬物療法の中心は気管支拡張薬(抗コリン薬・β₂刺激薬・テオフィリン薬)です。効果や副作用の面から吸入薬が推奨されており、主として長時間気管支を拡張する吸入抗コリン薬や吸入β₂刺激薬が使用されています。気流閉塞が重症で増悪を繰り返す場合や、喘息病態が合併している場合は、吸入ステロイド薬を使用します。長時間作

用性β₂刺激薬と吸入用ステロイドの配合薬も有用であることが証明されています。

非薬物療法では呼吸リハビリテーション(口すぼめ呼吸や腹式呼吸などの呼吸訓練・運動療法・栄養療法など)が中心となります。低酸素血症が進行してしまった場合には在宅酸素療法が導入されます。さらに呼吸不全が進行した場合は、小型の人工呼吸器とマスクを用いて呼吸を助ける換気補助療法が行われることもあります。症例によっては過膨張した肺を切除する外科手術(肺容量減少術)が検討されることもあります。

酸素ボンベや人工呼吸器などを持ち歩かなくてはならなくなる可能性があります。そのため、繰り返しになります。そのために、早期発見、禁煙、薬物療法、非薬物療法が大切です。お孫さんと遊んだり、四季を楽しんだり、趣味や仕事に励んだりと忙しくも充実した日々を少しでも長く続けられるように、日常生活での僅かな変化に目を向けてみて下さい。そして、少しでも違和感を感じた際は、遠慮なく相談し、適切な治療を受けて頂きますよう、宜しくお願い致します。

