

喘息予防のポイント

喘息を「管理する」ことはできても、「治癒する」のは、残念ながらまだ困難です。症状が良くなったからといって、吸入や受診を怠っていると、症状がぶり返したり、発作を起こす可能性があります。医師の指示に従って、自己判断で薬を中断したり減量しないようにすることが重要です。また、喘息には、悪影響を与える「誘発・増悪因子」が知られています。例えば、肥満、喫煙、ストレス、アルコールがあてはまり、他にも、ウイルス感染、ペット、花粉、ホコリ、冷氣、運動、天気、薬剤など様々です。心当たりのある患者さんは、「誘発・増悪因子」との付き合い方を担当の先生とよく相談しましょう。

患者さんが健やかな生活を送れるよう、私たちも全力でサポートしたいと思います。

「現代病」の一つとして、アレルギー疾患が増えており、2〜3人に1人は何らかのアレルギーを持っていると言われています。呼吸器系へ表れる疾患の代表が「喘息」で、喘息の約7割がアレルギーと考えられます。喘息の患者さんは増え続けており、成人の有病率は5%程度、日本の患者数は約450万人と推定されています。喘息といえば、子供に多く、夜中にゼーゼーという苦しい呼吸で寝られない病気をイメージされる方も多いかと思いますが、最近ではこういった「古典的喘息」の症状を呈する方は一部です。例えば、ゼーゼー（喘鳴）のない、咳だけが主体の「咳喘息」とも呼ばれる病態や、風邪をひいた後に咳が長引いたり、運動をした後に咳が出るのも喘息であつたり、高齢になつてからも発症します。また、ある季節や時間帯によく咳が出たり、逆に自然に良くなつたり、症状は本当に多彩です。小児喘息のある方だと、一旦成人しておさまつても、また中高年以降に再燃することも多いのです。思わぬ症状でも喘息の可能性があるので、担当の先生に

現代の喘息って？

今号特集 喘息



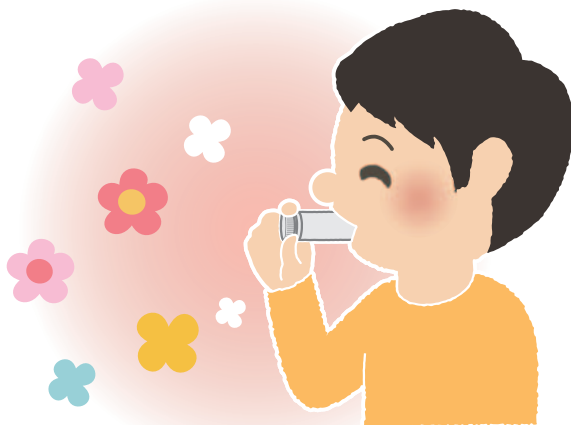
喘息チェックリスト

- ☐ 咳や痰が多い
- ☐ 胸がゼーゼーと鳴る
- ☐ 症状は夜〜明け方が多い
- ☐ カゼをひいたあと、咳が長引く
- ☐ 動物、運動、ホコリ、煙、花粉、天気、お酒などで症状が悪化する
- ☐ 季節や時間帯で症状が出る、回復するなどを繰り返す
- ☐ 小児喘息があつた
- ☐ 鼻や皮膚など他にアレルギーがある
- ☐ 家族に喘息患者がいる

もし気になる所があつたら…

上記のチェックリストで当てはまる項目が多い場合は、喘息のリスクが高いと考えられます。早めに医療機関（かかりつけの医院、呼吸器内科）などで相談ください。

近年のトピックとしては、一部の治療で生物学的製剤という最新のバイオテクノロジーにより開発された製品が抵抗性の「重症喘息」の患者さんの治療に用いられるようになったことです。喘息の発作が減り、呼吸機能の改善が見られ、難治性だった患者さんの治療の大きな福音となつています。今後も新薬が増えてくる予定で、明るい展望が開けており、さらに多くの喘息患者さんの笑顔が見られることを期待しています。



かつては喘息の治療薬の主役は、気管支拡張薬でした。狭くなった気管支を広げる効果はありましたが、これは一時的で、喘息が根本的に良くなることはなく、喘息で亡くなる、いわゆる「喘息死」も多かったのです。それから時を経て、喘息の基本的な病態は「気道の狭窄」より、むしろ「気道の炎症」という認識に変わりました。強力な抗炎症作用をもつ吸入ステロイド薬が治療の中心になり、これを長期管理薬（コントローラー）、従来の気管支拡張薬を発作治療薬（リリーバー）として使用するのが標準的な治療スタイルになりました。これにより、患者さんの喘息症状は飛躍的に改善し、多くの方が健康な人とかわらない日常生活を送れるようになりました。喘息死や、救急患者も激減しました。「ステロイド」と聞くと、「副作用が強く怖い薬」と思われるかもしれませんが、それは、飲み薬や点滴で全身性に投与する場合で、吸入で使用するにより、副作用は局所的に抑制することができのです。しかも、吸入とは、多くの方がイメージする機器に薬液を入れて霧状にして吸うネブライザーのようなものではなく、手軽な吸入器に入つた粉末の薬剤を吸うだけなので、至って簡単であり便利に使用できるのです。

今の喘息治療

しっかりと相談しましょう。当院でも、呼吸機能検査や呼気中一酸化窒素濃度測定など、喘息の診断のための検査はそろえておりますが、これらはあくまで補助的で、診断・治療には総合的な判断と経験が必要になります。

K-style

川崎医科大学附属病院 広報誌

Take Free

ご自由にお持ち帰りください

Vol. 58

2019 春号

50th Anniversary

Kawasaki Gakuen since 1970

【特集】喘息

- 診療科紹介 放射線科（画像診断）
- お知らせ
- イベントのご案内
- 喘息症状を和らげる治療の紹介について
- 連携医療機関のご案内
- 次号予告

川崎医科大学附属病院

呼吸器内科 部長

小賀 徹

Oga Toru

- 日本内科学会認定内科医・指導医
- 日本呼吸器学会専門医・指導医
- 日本呼吸ケア・リハビリテーション学会呼吸ケア指導士
- 日本睡眠学会専門医 他



第45回

診療科のご紹介 放射線科（画像診断）



放射線科（画像診断）〈前列左から3人目が玉田部長〉

放射線科（画像診断）は、CTやMRIをはじめとする画像診断機器

によって得られた様々な画像情報を駆使して診断を行います。その報告書が主治医の先生方の手元に届けられ、疾病の診断、治療方針や治療効果判定に活用されます。またインターベンションナールラジオロジー（IVR）と呼ばれる放射線診断技術と針やカテーテルを組み合わせて行う低侵襲性の診断や治療も行っております。マイナーな診療科ではありますが病院の中では縁の下の力持ちといった役割を担っております。さらに当院では、昨年8月にMRI超音波融合画像ガイド下前立腺標的生検装置を岡山県で初めて導入し、高精度の前立腺がんの診断およびその情報をを用いた的確な治療戦略を泌尿器科と共に提供しています。前立腺がんの腫瘍マーカー（PSA）が高い方は是非ご活用ください。

PROFILE

放射線科（画像診断）のホームページはこちら

詳細はホームページをご覧ください。
https://h.kawasaki-m.ac.jp/data/dept_030/dept_s_dtl/



気になる! 喘息症状を和らげる治療の紹介について

川崎医科大学附属病院
呼吸器内科 医長 加藤 茂樹

喘息症状を軽くする治療



喘息という「ゼーゼー、ヒューヒュー」音がして息苦しいというイメージをお持ちの方が多くかもしれませんが、咳が出る、痰がつまる、何となく息苦しいといった症状が夜中から明け方に強く出るのが喘息の症状の特徴です。原因は患者さんごとに異なりますが、ハウスダスト、花粉、風邪などの何らかの原因により気管支に炎症が起こり、痰がからみ、空気の通り道（気道）が狭くなっているのです。喘息を完全に治すことは難しいですが、現在では優れたお薬がありますので、これらの症状を和らげる（軽症の場合は取り去る）ことができます。1つは、炎症を強力に抑える吸入ステロイド薬です。2つ目は、12〜24時間効果が維持する気管支拡張薬の吸入剤です。また、最近では便利になりこの2つを同時に吸入できる配合剤があります。吸入薬は、全身に与える影響が極めて少ないので安心して長年に渡り使用できます。この他、アレルギーを抑える飲み薬も何種類があります。気管支拡張薬によつて咳や息苦しさの症状は比較的速やかに改善しますが、喘息という病気の本体である気道の炎症を改善するには年単位の根気強い吸入ステロイド薬による治療が必要です。

この10年ほど喘息の病態に関する研究が進み、喘息を悪化させる物質が見つかり、それだけをピンポイントに抑える安全なお薬が開発されました。当院でも3種類のお薬が使用されています。しかし、これまで通常喘息に使用されていたお薬と比べると非常に高価なため、現在のところは重症の喘息患者が対象となっています。

喘息は自己管理が大切

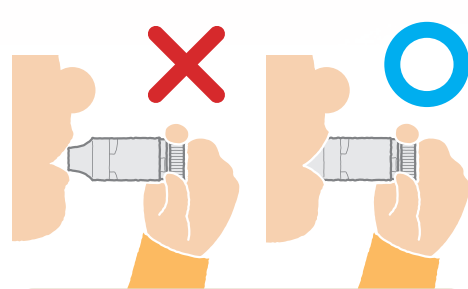
喘息は、慢性的な病気であり糖尿病や高血圧と同じように自己管理が大切です。症状が無くても毎日定期的に吸入療法を続けることが一番大切です。これは、喘息発作の予防であると同時に気道炎症を治療しているのです。自己判断で吸入をやめたりしないで、担当の先生と相談しながら少しずつお薬を減らしていきましよう。

喘息のもう1つの特徴は、変動する病気であるということです。風邪で喘息が悪くなり、発作を起こす人が一番多いです。冷え込む時には余分に布団や毛布を用意するなどの寒さ対策や、帰宅後のうがいや手洗いをし、風邪をひかないようにする事が大切です。自分の喘息がどんな原因で起こっているかを知り、それを避ける事も重要です。家族や職場など身近に喘息患者さんがいる方は、絶対に近くでタバコを吸わないように心がけてください。

日常から気を付ける自己管理



忘れずに吸入をしているか



吸入薬は正しく使えているか



風邪やインフルエンザの予防



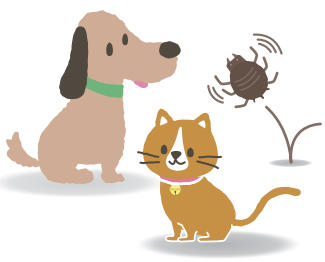
禁煙

喘息を悪化させるものにご注意を

要因を知ろう

アレルギー ダニ・花粉・ペットなど

アレルギー症状を引き起こす原因となるものをアレルギーと呼びます。特に喘息を引き起こすダニ・花粉・ペットなどのアレルギーにはご注意ください。



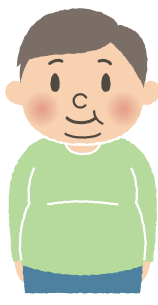
風邪



風邪を引いたことをきっかけに喘息が悪化することがあります。くしゃみ・鼻水・咳などの風邪症状が現れてから、喘息が悪化するので、風邪には用心が必要です。

肥満

肥満によって蓄積した内臓脂肪に含まれる細胞が喘息を悪化させる一因となる可能性があります。



タバコ

喫煙によって薬の効果が低減してしまいます。副流煙による受動喫煙も同様なのでタバコを吸わない方も注意が必要です。

大気汚染

汚染された空気に気道を刺激する物質が含まれている場合があります。毎年この時期にニュースになっているPM2.5なども要注意です。



川崎学園創立50周年記念ロゴマーク・記念サイトのお知らせ

2020年に学校法人 川崎学園が創立50周年を迎えるにあたり、「川崎学園創立50周年記念スローガンとロゴマーク」を作成しています。当広報誌でも本号から紙面に記念ロゴマークを取り入れております。

かわらぬ思い、このさきも



50周年の感謝の意と、これからの未来へ踏み出す決意を表明し、それに関連して実施する記念事業や行事を、学園内外へ広く発信することを目的として制定しました。

また、「川崎学園創立50周年記念サイト」も公開しております。創立記念に関する各種行事や事業について、情報発信を行っています。ぜひ一度ご覧ください。

■川崎学園創立50周年記念サイト
URL: <https://k.kawasaki-m.ac.jp/50th/>



川崎 50周年記念サイト

検索

連携医療機関のご案内

高梁中央病院は病床数192床、診療科26科の病院で、JR伯備線の備中高梁駅から徒歩5分の距離にあります。老人保健施設ゆうゆう村、ゆうゆう村通所リハビリ施設ひがし町、在宅介護支援センター、訪問看護と訪問リハビリテーションを行う在宅サポーター室と連携し、地域医療に貢献しています。3D内視鏡システムを導入し、外科の全身麻酔手術は年間80件、整形外科手術も150件行っています。地元でできる治療や手術を増やすため奮闘中です。血液透析センターは陽光の降り注ぐ明るい空間で個室も準備しています。健診センターでは一般健診に加え、人間ドック、乳がん検診、婦人科検診なども行い、女性専用のレディース待合も設置しています。

所在地-----〒716-0033 岡山県高梁市南町53番地
お問い合わせ---TEL 0866-22-3636
FAX 0866-22-0536
HP-----<http://seiryoukai.jp>
休診日-----日曜日・祝日

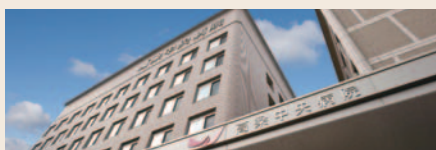
病院長 吉田 栄一 先生

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:00-11:30	○	○	○	○	○	○
11:30-16:30	○	○	○	○	○	○

※眼科は火曜・木曜 午前/8:00-11:30、午後/11:30-14:30



ゆうゆう村通所リハビリ施設ひがし町



透析室

医療法人 清梁会
高梁中央病院

・外科
・消化器外科
・乳腺・内分泌外科
・肛門外科
・内科
・脳神経外科
・整形外科
・その他

イベントのご案内

4月
13
土曜日

2019年度 第1回 川崎学園 市民公開講座
子どもと健康 -子どもの健やかな成長を見守る-
座長 川崎医科大学 小児科学 主任教授 尾内 一信
日時 2019年4月13日(土) 14:00~16:00
場所 くらしき健康福祉プラザ 対象 一般
お問い合わせ
学校法人川崎学園 総務部総務課
086-462-1111(代)
詳細ホームページ
https://k.kawasaki-m.ac.jp/data/gakuen_kouza/

5月
11
土曜日

2019年度 第2回 川崎学園 市民公開講座
どうする認知症?
座長 川崎医科大学 神経内科学 主任教授 砂田 芳秀
日時 2019年5月11日(土) 14:00~16:00
場所 くらしき健康福祉プラザ 対象 一般
お問い合わせ
学校法人川崎学園 総務部総務課
086-462-1111(代)
詳細ホームページ
https://k.kawasaki-m.ac.jp/data/gakuen_kouza/

5月
17
金曜日

病院の日・看護の日・看護週間
日時 2019年5月17日(金) 10:00~15:00
場所 本館棟8階 大講堂ホワイエ
週間行事内容
【ミニ講座】1回30分程度
テーマ「骨粗しょう症について」
【各種コーナー】10:00~15:00
計測コーナー 血圧・体脂肪・骨塩定量
展示コーナー 院内学級の生徒の作品、福祉・介護用品展示、他
対象 一般
お問い合わせ
川崎医科大学附属病院 看護部 看護管理室 086-462-1111(代)

6月
8
土曜日

2019年度 第3回 川崎学園 市民公開講座
急増する前立腺がん-知っておきたい最新情報-
座長 川崎医科大学附属病院 病院長 園尾 博司
日時 2019年6月8日(土) 14:00~16:00
場所 くらしき健康福祉プラザ 対象 一般
お問い合わせ
学校法人川崎学園 総務部総務課
086-462-1111(代)
詳細ホームページ
https://k.kawasaki-m.ac.jp/data/gakuen_kouza/

次号予告

Main 食中毒

【診療科紹介】

歯科・口腔外科

・食中毒の予防

・声の箱(投書箱)

・連携医療機関のご案内

・イベントのご案内・次号予告

掲載内容は予告無く変更される場合があります。ご了承ください。

