働くあなたのクリニック

COPD（シーオーピーディー）をご存知ですか？

健康増進法の影響もあって、タバコの害が市民に少しずつ理解されるようになってきましたが、皆さんが考えているよりもタバコの害は深刻です。今回は、日本人の死因の第10位にまで増えてきたCOPDについて説明します。

COPDってあまり聞きなれない病名ですが、どんな病気ですか？

A COPDは慢性閉塞性肺疾患の略語です。日本語では長くて聞きなれない病名なので国内でもCOPDと呼ぶのが一般的になってきました。COPDは日本呼吸器学会で「肺の炎症反応に基づく進行性の気流制限を呈する疾患」と定義されていますが、これだけでは皆さんはピンとこないのではないでしょうか。以前、肺気腫や慢性気管支炎と呼ばれていた疾患群の総称と置き換えたほうが理解しやすいでしょう。日本では喫煙者のうち500万人がCOPDと考えられていますが、早期には症状がないため病院で診断されているのは重症化したほんの一部の方のみで、世界的に問題視されています。

どんな症状がありますか。どうやって見つけたらよいのですか？

A 早期にはほとんど症状がなく、進行してはじめて気がつきます。タバコを20年以上吸ってきた人で、はじめの症状は、階段を駆けあがったり急いで歩いた時の息切れです。また風邪をひいたわけでもないのに咳がでる、痰（たん）がからむ場合もあります。進行すると少し動いただけでも息切れし、次第に動けなくなって呼吸不全となって死亡します。発見には、病院や診療所でスパイログラムと呼ばれる呼吸機能検査を実施することで、比較的容易に発見可能です。スパイログラムで異常があれば、さらに詳しい検査をしたほうがよいでしょう。

原因は何ですか。治療法はありますか？

A 日本ではCOPDのほとんどはタバコが原因です。タバコを20年以上吸っている人は進行度に差はあっても、潜在的にCOPDとなっている可能性があります。タバコには約200種類の有害物質が含まれていますが、これらにより肺を形成している肺胞が破壊されて破れ、次第に呼吸できる部分が減っていくとともに、呼吸の際の空気の通り道が狭くなります。いったん壊れた肺を元に戻すことはできませんが、今すぐ禁煙すれば病気の進行を遅らせることができます。また、近年は、新しい吸入治療薬が開発され、壊れた肺は元に戻せないものの、息切れや咳などの症状を和らげることが可能になっています。

生活の中で気をつけることはありますか？

A もし喫煙者なら直ちに禁煙してください。受動喫煙でも影響がありますから自分自身だけでなく、職場全体、家族みんなで禁煙に取り組みましょう。今日の一箱で毎日あなたの肺の肺胞が壊れています。また、COPDでは風邪やインフルエンザをきっかけに肺炎や急性気管支炎などの感染症にかかりやすくなります。そして、いったん感染すると重症化しやすく、時に致命的となることもあります。インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンの接種によって感染を予防し、規則正しい生活に心がけてください。また、年1回は人間ドックや検診で呼吸機能検査を受け、閉塞性呼吸障害がないか検査を受けるようにしましょう。

今月の先生
岐阜市民病院
澤　祥幸氏
呼吸器科・腫瘍内科部長
昭和59年岐阜大学医学部卒。大阪府立羽曳野病院（現呼吸器アレルギーセンター）を経て岐阜市民病院呼吸器科部長。専門は肺がんの集学的治療。日本初のがん薬物療法専門医。