



喘息のお話

風邪が治ったのに咳が続いている。これは喘息のせいかもしれません。喘息という呼吸が「ゼーゼー」「ヒューヒュー」といって苦しくなるイメージがありますが、実はそれだけではないのです。喘息(気管支喘息)とは気道が炎症を起こして荒れ、狭くなる病気です。

炎症が起きているだけでは特に症状はない場合が多いのですが、炎症が起きている気道はとても敏感でホコリや煙、アレルギーや薬、気温の変化等の刺激に反応して気道がさらに狭くなり、痰などの分



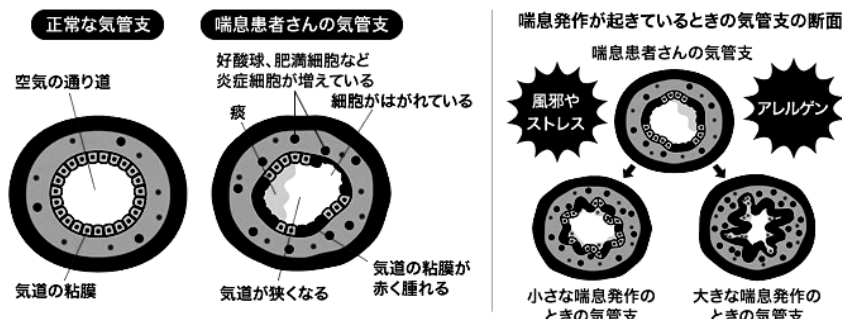
泌物が増えます。これが発作です。喘息の発作が起きると呼吸が「ゼーゼー、ヒューヒュー」と苦しくなり、咳や痰が出ることもあります。発作が重症の場合、会話や横になって休むことも苦しくなってしまう

す。喘息の薬は「症状や発作を起らないようにする薬」と「症状や発作をしずめる薬」を使い分けず、喘息治

療の基本は発作を起さないように気道の炎症を治してあげること、症状がなくても毎日発作の予防を続けることが大切です。発作の予防に使う薬は大きく分けて①炎症をおさえる抗炎症薬(ステロイド薬やロイコトリエン受容体拮抗薬)と②

気道を広げる気管支拡張薬(長時間作用性吸入 α 2刺激薬)があります。また薬の形状も内服

喘息発作が起きているときの気管支の断面



薬、吸入薬、貼り薬、注射薬など様々です。中でも気道に直接届き、少量で効果が得られる吸入薬がよく用いられています。吸入薬には、粉状のドライパ

ウダー製剤、霧状のエアゾール製剤、液体を霧状にして吸入するネブライザーなどのタイプがあります。最近では吸入ステロイド薬と気管支拡張薬の2つの薬剤が一緒に吸入できる配合剤もあります。

「喘息だから息が苦しくなるのは当たり前」といった考えは誤解です。最新の喘息治療の目標・ゴールは喘息症状がなく日常生活の動作が制限なく行える健康な人と変わらない生活が送れる状態です。きちんと治療すれば毎日の生活が今よりも楽になります。

喘息の治療で一番良くないのは、苦しい時だけ薬を使うことです。発作が起きた時、発作用の吸入を使うと気道が広がり症状がとんでも楽になります。し

かしこの状態では気道の炎症は治っていないのでしばらくすると再び発作を起こしてしまいます。発作を繰り返していくうちに気道の炎症は進んで硬く、狭くなりより重症になってしまいます。

遠松 美智子 (看護師)

