



## 喘息とは？

喘息とは、喘ぐ（あえぐ）ように息（いき）をすることから付けられた病名です。

明け方や夜中に強く症状が認められることが多く、ヒューヒューやゼーゼーといった笛の鳴るような呼吸音（喘鳴）が特徴的で、激しい咳や息苦しき（呼吸困難）を伴い場合によっては死に至る疾患です。

実際の喘息状態は気道の炎症によって気道



が狭くなる病気で、喘息の気道では炎症により気道上皮細胞の損傷や剥離がおこり正常な状態に比べて気道粘膜がむくみ、気道内分泌物（たん）が増加しています。基底膜が厚くなっています。

喘息発作時は気道がむくんだ状態で、平滑筋が収縮し、増加した分泌物がたまって気道がさらに狭くなってしまいます。

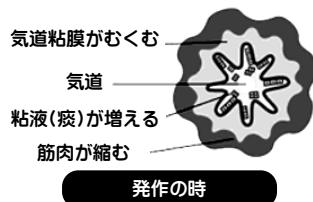
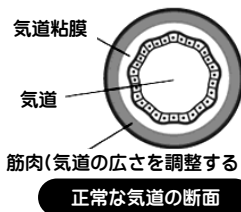
喘息の原因である気道の炎症と気道が狭い状態は、症状がない時でも慢性的に続いていることが多いです。

### — ガイドラインでの成人喘息治療目標は —

1. 健常人と変わらない日常生活を送ることができる。
2. 非可逆的な気道リモデリングへの進展を防ぎ、正常に近い呼吸機能を保つ。ピークフロー予測値の80%以上かつ、ピークフロー変動が予測値の20%未満。
3. 夜間・早朝を含めた喘息発作の予防。
4. 喘息死の回避。
5. 治療による副作用発現の回避。

上記をすべて達成し、健常人と同じように生活できるようになることが治療の目標になります。

喘息治療は「気道の炎症」を鎮める抗炎症薬を中心に、「気流制限」を改善する気管支拡張薬の両方を合わせて行います。また、これらの薬剤は使い方によって長期管理薬と発作治療薬に分類されます。



長期管理薬は気道の炎症を抑え、気管支を恒常的に拡げて症状の無い状態を維持するために毎日規則正しく使用します。

発作治療薬は発作を速やかに和らげるために、症状があるときだけ使用する薬剤で短時間型β2作動薬などが使用されます。

軽症喘息でも、突然大発作を起こす危険がある疾患であることを理解して、発作時にはできるだけ早く発作治療薬を使用しましょう。

主な喘息発作の前ぶれとして

- ・ のどがイガイガする
  - ・ 咳が出る
  - ・ 胸が圧迫される感じ
  - ・ たんが出る
  - ・ 呼吸機能の低下（ピークフロー値低下）
- があるのでご注意ください。

喘息患者さんは発作等の喘息症状が無くなったから治療を止めて良いと考えてしまうケースがありますが、喘息は高血圧や糖尿病などと同様に慢性的な疾患であり、気道の炎症は症状が無い時でも残っている為、症状が無くても長期管理薬による治療は必要です。

医師の指示なく患者さんの自己判断で勝手に中止しないよう理解頂き、医師の指示通り患者さんに規則正しく服薬頂く事が喘息治療で一番大切です。（看護師 谷岡 尚子）

