

『COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っていますか?』



喫煙がもたらす危険な病気 (COPD)

肺の機能が低下し、呼吸困難を招くCOPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気をご存知ですか? 中高年層に多く、最近ではこのCOPDにかかり死亡する人が増えています。加齢と長年の喫煙習慣が原因となることから、別名「肺の生活習慣病」「たばこ病」とも呼ばれています。



原因

喫煙によるものが**9割**で、別名**たばこ病**とも呼ばれます。喫煙者本人以外にも**受動喫煙**も影響します。ごく一部に大気汚染や化学物質などを長期間吸ったためにおこる場合もあります。

症状

初期の症状は**息切れ、せき、たん**。ただし、年齢とともにゆっくりと進行するため、「年のせい」だから、「たばこを吸っているから」などと思ってしまうなど、とても自覚しにくい病気です。

治療方法

治療の第一はまず**禁煙**です。禁煙することで、肺の機能の低下速度は非喫煙者と同じになります。他にも肺の状態にあわせて、「呼吸リハビリテーション」「薬物療法」「酸素療法」などが行われます。診断を受け、きちんと治療を行うことで、進行を抑えたり、症状をやわらげたりすることが可能です。

【呼吸リハビリテーション】

適正な体重に保つ栄養管理や適度な運動、呼吸を楽にする呼吸法などの健康管理を行う。

【薬物療法】

吸入薬を中心としたもので、新薬が開発されている。

【酸素療法】

酸素ボンベなどで酸素を吸入する。

COPDデータ

【世界】

COPDによる年間死亡者数は全死亡数の**5%** 約**317万人**と推定。

世界のCOPD患者は**2億5100万人**と報告されている。

【日本】

推定患者数**530万人**だが、治療患者は**17.3万人**。

95%以上の患者は、COPDと診断されておらず、未治療。

死亡者数**17,836人**

男性の死亡原因の**第8位**となっている。



あなたの COPD危険度チェック

IPAG診断・治療ハンドブック日本語版より

質問	☐	チェックリスト	ポイント	質問	☐	チェックリスト	ポイント
あなたの年齢は	☐	40~49歳	0	天候によって咳がひどくなることもある	☐	ある	3
	☐	50~59歳	4		☐	ない	0
	☐	60~69歳	8		☐	咳はでない	0
	☐	70歳以上	10	風邪をひいていないのに、たんがからむことがある	☐	ある	3
1日に吸う(吸っていた)たばこの本数×喫煙年数は	☐	0~299	0	朝起きてすぐに、たんがからむことがよくある	☐	ない	0
	☐	300~499	2		☐	ある	0
	☐	500~999	3	呼吸時にゼイゼイ、ヒューヒューとよく音が鳴る	☐	ない	3
	☐	1,000以上	7		☐	鳴る	4
あなたの肥満度(BMI) BMI=体重(kg)/身長(m)/身長(m)	☐	25.4未満	5	現在、もしくはこれまでにアレルギーの症状があった	☐	鳴らない	0
	☐	25.4~29.7	10		☐	あった	0
	☐	29.8以上	0		☐	なかった	3

合計点が17ポイント以上の方はCOPDの可能性あります!