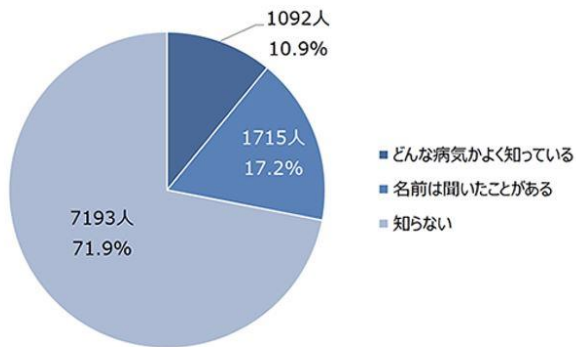


## COPD（慢性閉塞性肺疾患）と治療について

皆さんは、『COPD』という病名を聞いたことがありますか？近年、新型コロナウイルス流行により喫煙量・喫煙者の割合が増加しています。

### COPD 認知度



(単一回答 n=10,000)

日本人の COPD 有病率は、喫煙者と喫煙経験者で、高齢になるほど高くなる傾向がわかっています。しかし、2018年12月に実施された調査では「どんな病気か知っている」と「名前は聞いたことがある」と答えた人は28.1%。「知らない」と答えた人は71.9%と認知度が低いのが現状です。

### 【COPD とは】

肺気腫や慢性気管支炎などのことを指し、階段の上り下りなど体を動かした時に息切れがしたり、風邪でもないのに咳や痰が続くなどが主な症状です。COPD が進行すると少し動いただけでも息切れし、日常生活もままなりません。また、肺だけでなく全身に影響をもたらす栄養障害、心・血管疾患、骨粗鬆症、糖尿病、うつ病などを併発する全身疾患であるといわれています。厚生労働省の統計では、死亡者数は男性に多く2021年では男性の死因順位の第9位でした。60代の8人に1人、70代以上で6人に1人がCOPDといわれるほど、よくある病気です。



### ・ COPD の原因

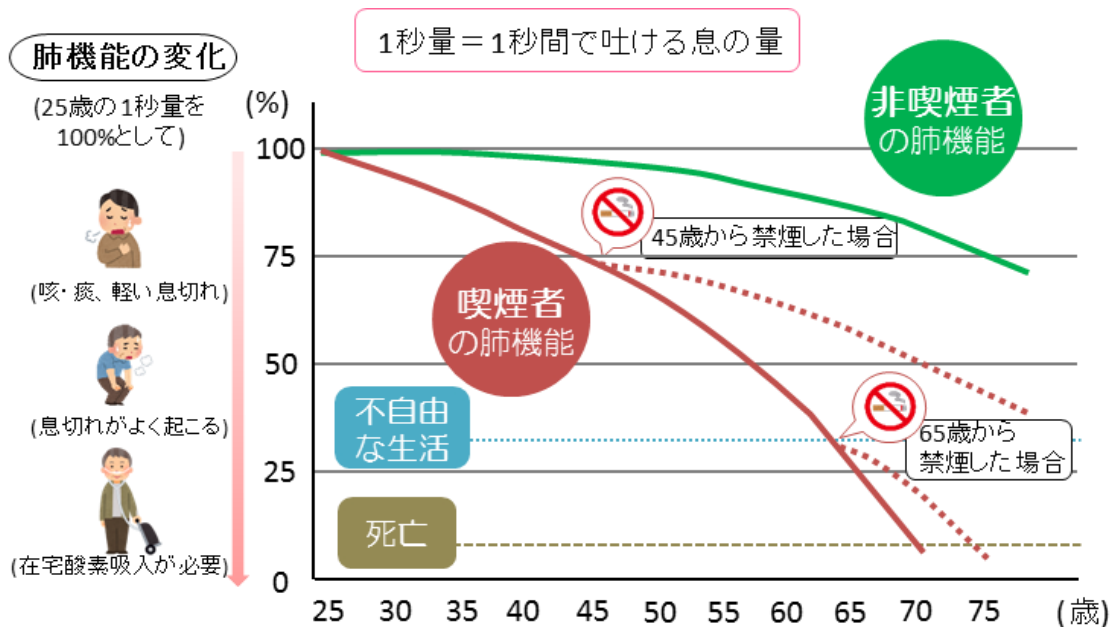
COPD は別名たばこ病とも言われ、原因の90%以上は喫煙です。喫煙開始の年齢が若いほど、また1日の喫煙本数が多いほどなりやすく、進行しやすいといわれています。その他、受動喫煙や大気汚染、職業的な塵埃、化学物質も原因と考えられます。

## ・ COPD の治療

禁煙、薬物療法、呼吸リハビリテーションがありますが、それは COPD を根本的に治し、もとの健康的な肺に戻す治療法ではありません。しかし、少しでも早い段階で適切な治療を開始することで症状の改善と将来のリスクを軽減することはできます。薬物療法では気管支を拡げて呼吸を楽にする気管支拡張薬が中心で、その他、痰を出しやすくする去痰薬、感染症を防ぐ抗生物質や増悪を繰り返す場合には吸入ステロイド薬が使用されることがあります。

### しかし最も重要な治療は禁煙です

既に COPD になっていても、禁煙により、その後の肺機能の低下はたばこを吸わない人とほぼ同じになるとされています。禁煙は COPD の治療では最も重要で、完全な禁煙が必要です。



### 〈ワクチン接種〉

COPD は感染症が悪化しやすく、それが増悪の原因になることがあります。増悪を防ぐためのワクチンにはインフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンがあります。インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンを併用するとより効果的です。又、新型コロナワクチンにつきましても接種が推奨されています。

COPD は多くの人が気づいていない、または正しく診断されていない生活習慣病といわれています。軽く考えずに、心配な症状があれば是非、ご相談ください。