

市民病院だより

慢性閉塞性肺疾患(COPD)について

3学会合同呼吸療法認定士

作業療法士 縄手雪恵なわてゆきえ

かつて「肺気腫」「慢性気管支炎」と診断されていた疾患を現在は、「慢性閉塞性肺疾患(COPD)」(以下、COPDと

いう)と呼びます。聞き慣れないせいか、珍しい疾患で患者数も少ないと思われがちですが、日本での患者数は530万人以上と推定されており、70歳以上では6人に1人がCOPDであるといわれています。また、実際に治療を受けている患者数は、26・6万人と受診率は低迷しており、十分に治療が受けられていない現状があります。

COPDは、厚生労働省が進める健康増進計画「健康21(第2次)」で、がんや循環器疾患、糖尿病と並ぶ生活習慣病として位置付けられました。COPD

という言葉の認知度を25%(平成23年度)から80%(令和4年度)に向上させるという方針を打ち出すなど、この疾患の取り組みが強化されています。

COPDの大きな原因は喫煙で「肺の生活習慣病」ともいわれます。タバコの煙や有害物質などが肺を傷つけ、肺や気管支に慢性的な炎症が起こり、ゆっくり進行して呼吸機能を低下させていきます。咳や痰が出て息切れが起こるようになり、COPDが進行すると着替えや入浴でも息切れが起こり、日常生活が妨げられます。息切れで身体を動かさないと食欲がなくなり、やせて筋力が衰え、体力がなくなると息切れが悪化…、という悪循環にも陥る可能性があります。

喫煙歴が長いほど肺の機能が低下しやすいといわれています

が、禁煙することで肺機能の低下速度は非喫煙者と同じくらいになることも報告されています。喫煙されている人は、今から禁煙しても遅くはありません。禁煙が最も重要で、必須の治療となってきます。

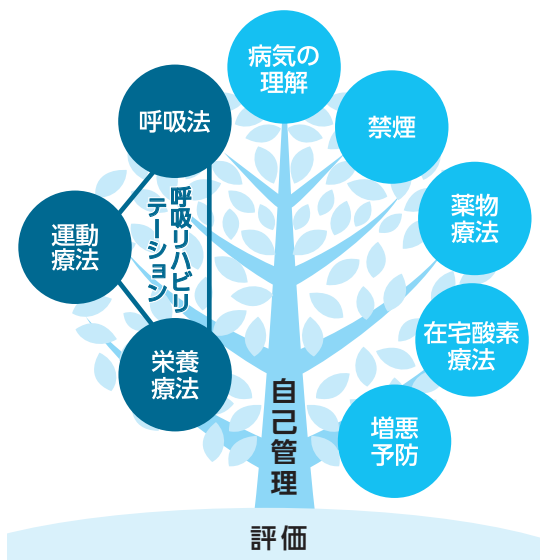
COPDは進行がゆっくりで、初期は症状も軽いため軽視されがちですが、放っておくと確実に肺の機能が低下します。

残念ながら、一度傷ついた肺や気管支を元に戻すことはできませんが、疾患を正しく理解し、薬物療法や呼吸リハビリテーション(以下、呼吸リハビリ)でCOPDと付き合うことにより症状を改善することができます。

呼吸リハビリでは、主に運動療法や栄養療法を行い、治療は生活全般に及ぶことから、自己管理をしながら進めていきます。呼吸リハビリは、軽度から重

度な人までいずれも効果があるといわれています。

生活の質(Quality of Life)の低下を防ぎ、命を守るためには、COPDの早期受診・早期治療が大切となってきます。定期的に受診して医師の評価を受けながら治療を継続しましょう。



お知らせ

小児科・産婦人科・自由診療の夕方診療を行っています。(毎週木曜日) 詳細は、市民病院ホームページや電話にてご確認ください。

【問合せ】小城市民病院 ☎ 73・2161 ホームページ・アドレス <http://www.city.ogi.lg.jp/hospital/>