

(有) 静岡健康企画 ことぶき薬局 TEL055(977)6024 たまち薬局 TEL054(251)1678
ひまわり薬局TEL053(463)4312 みかん薬局TEL053(584)2230 いちご薬局TEL055(946)6430

喘息について

肌寒い日々も増え、朝晩は冷え込みが目立つようになってきました。今月は秋に最も患者数が増加・症状が悪化しやすいと言われる喘息について紹介致します。

そもそも喘息とは？

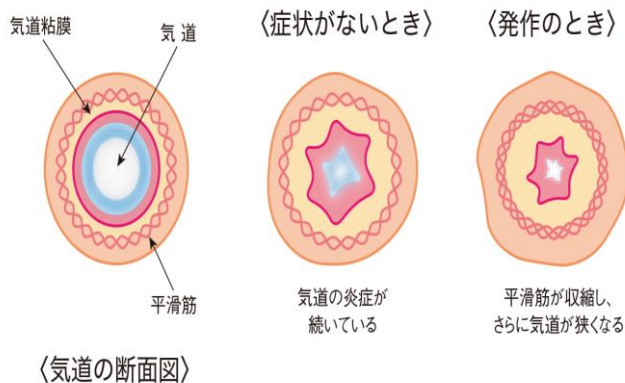
喘息とは、気道が何らかの刺激に反応して狭くなる病気のことです。

喘息の人の気道は症状がない時でも常に炎症を起こしており、健康な人と比べて空気が通りにくい状態になっています。

炎症が起きている気道は刺激に敏感になっており、正常な状態なら何ともない刺激に対しても過敏に反応し「息苦しい、咳が止まらない、ゼーゼー・ヒューヒューなどの呼吸音（喘鳴）」といった症状を引き起こします。

健康な人の気道

喘息患者の気道



喘息を引き起こす原因

アレルギー性

- ・花粉
- ・ハウスダスト
- ・ペットの毛
- ・カビ

非アレルギー性

- ・急激な温度差
- ・空気の乾燥
- ・激しい運動
- ・タバコの煙
- ・風邪、体調不良
- ・ストレス、不安
- ・アスピリン系薬剤



◎喘息は大きく分けてアレルギー性と非アレルギー性の2種類があります。小児の喘息は9割以上がアレルギー性であるのに対し、大人の喘息では非アレルギー性が多く見られます。

◎小児の喘息は成長に伴い肺機能も強化されるため、適切な治療を行ってれば多くが思春期までには治癒します。

◎大人の喘息は発作を引き起こす原因も多く、小児の喘息と比べ根治はしにくいです。小児喘息だった人が一旦治癒した後大人になってから再発症することもあります。これまで喘息歴のなかった人が大人になってから突然発症することもあります。

秋は

- ・朝晩の気温差が大きい
- ・ブタクサによる花粉の飛散
- ・夏に増殖したダニが死骸となりハウスダストが増加
- ・風邪、インフルエンザなどが流行し始める



といった理由から、1年で最も喘息が 悪化しやすい季節と言われています。
また夜中～明け方は気温が急激に下がるため特に発作が起こりやすくなります。

喘息の治療をきちんと行わないと・・・

喘息の治療薬には発作時に使用するものと毎日使用するものがあります。
発作時・・・即座に気道を広げる
毎日・・・炎症を抑える、長期的に気道を広げる

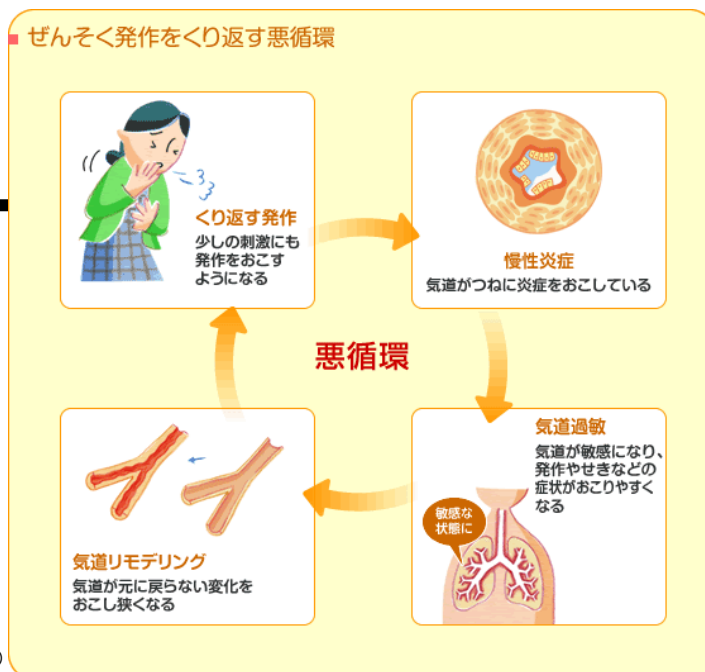
毎日の治療をおろそかにしていると、気道はつねに炎症を起こしている敏感な状態になり、逆に喘息の発作を起こしやすくなってしまいます。

喘息発作を何回も繰り返していると気道の壁はだんだんと厚く硬くなっていき、気道が狭くなった状態からもとに戻らないようになってしまいます。

(このことを気道のリモデリングと言います。)

そうになってしまうとただでさえ狭く・過敏だった気道が更に狭く・過敏になり、より発作を起こしやすくなるという悪循環に陥ることとなります。

そうならないためにも、毎日の薬を継続的に使用し、症状や発作が起こらないような状態を保つことが喘息の治療の上で最も大切なこととなります。



文責 芹澤（三島共立病院）

参考

©MSDマニュアル
©独立行政法人 環境再生保全機構 ぜんそくなどの情報館
©AstraZeneca チェンジ喘息！なるほどぜんそく.cpm
©NOVARTIS e-ぜんそく.cpm

<https://www.msdmanuals.com/ja-ja/>
<https://www.erca.go.jp/yobou/zensoku/index.html>
<https://www.naruhodo-zensoku.com/zensoku/symptoms.html>
<http://www.e-zensoku.com/senior/index.html>