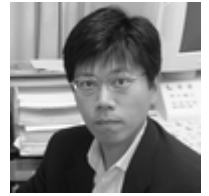




長引くしつこい咳に お困りではありませんか？



医療法人社団 秀皓会 理事長 船本 全信

めっきり風が冷たくなり、冬の訪れを感じさせる季節になってきました。今年は暖冬とのことですが、実際のところは如何でしょうか？インフルエンザも流行の兆しがあり、体調管理にご注意が必要です。さて、今回のテーマですが、咳についてお話ししたいと思います。

咳は症状の持続する期間で①急性咳嗽（3週間未満）、②遷延性咳嗽（3週間以上8週間未満）、③慢性咳嗽（8週間以上）に分けられます。他の観点では痰を伴うかどうかで湿性（痰を伴う）と乾性（痰を伴わない）に分けることもあります。急性咳嗽のほとんどはウイルスや細菌などによる感染、いわゆる「かぜ」に伴うものであり、遷延性咳嗽は感染後の後遺症（感染後咳嗽）が多くを占めています。今回のテーマである長引く咳と同義である「慢性」咳嗽は感染以外の疾患が主な原因となります。それでは長引く咳（慢性咳嗽）の主な原因としてはどのようなものがあるのでしょうか。

痰を伴う咳では副鼻腔気管支症候群、慢性気管支炎が多く、痰を伴わない咳では咳喘息やアトピー咳嗽、逆流性食道炎などが主なものです。慢性咳嗽のなかでも我が国では咳喘息がその原因として最も多い（約半数）とされ、アトピー咳嗽、副鼻腔気管支症候群、胃食道逆流症がこれに次いで多い傾向にあります。長引く咳の中で最も多い「咳喘息」とは、痰を伴わないで長期間続く咳を唯一の症状とする疾患で、通常の気管支喘息と異なり喘鳴（息を吐くときにヒューという異音がすること）がみられません。咳は寝ている時や早朝に悪化しやすく、季節により症状が悪化することもあります。

他にも風邪や冷氣、喫煙（受動喫煙も含む）、運動、天候の変化などが増悪因子になります。治療としては喘息に用いるような気管支拡張剤（吸入薬）が有効です。咳喘息の患者さんは数年以内に約30%の頻度で気管支喘息を発症するといわれており、喘息への移行を防ぐためには約2年間治療を継続することが推奨されています。

「アトピー咳嗽」とは喉の痒みを伴い、痰を伴わない咳を主症状とし、花粉症などのアレルギー疾患を伴うことが多いとされています。咳喘息と異なり気管支喘息への移行はほとんどなく、抗アレルギー剤の内服が有効です。

「副鼻腔気管支症候群」とは、慢性副鼻腔炎（いわゆる蓄膿症）に気管支の慢性炎症を合併した疾患です。症状としては後鼻漏（鼻汁が喉の方に流れること）・鼻汁・咳払いなどの副鼻腔炎症状に加えて痰を伴う咳が慢性的にみられ、治療としては長期間にわたり抗生物質を内服する方法が一般的です。

「胃食道逆流症」とは胃酸が食道に逆流することによって胸焼けなどの症状をきたす疾患ですが、長引く咳の原因となり得ます。胃酸が下部食道（胃の入り口近く）にある神経を刺激したり、逆流した胃酸がのどを直接刺激することによって咳が誘発されます。

咳は会話や食事、起床、前屈みの姿勢などで悪化し、胸焼けを伴うことが多いとされています。胃酸分泌抑制剤が治療に用いられます。咳が長く続くと身体・精神面にも与える影響は大きく、会話や睡眠、外出などの日常生活が制限され、ひどい場合は咳による失神がみられることもあります。（裏面へ続く→）

以上、一般的な慢性咳嗽について、教科書的に解説しましたが、個人的には「アレルギー性鼻炎の悪化に伴う後鼻漏」が最も多いと考えています。

PM2.5を始めとする大気汚染や花粉などで慢性的に鼻粘膜が痛んでおり、そこに風邪のウィルス感染が加わることにより、持続的な鼻粘膜の炎症に繋がり粘稠度の高い鼻汁が産生され、それが声帯を超えて気管に入ると、いわゆる「突発的な」「むせるような/エヘン虫な」「喉の奥が(鼻汁で)イガイガして」「横になると(垂れ込みやすくなるため)眠れないくらい酷い」「起床後にひとしきり続く」「話の最中に突然続く」「痰が切れると収まる」咳に繋がっていると考えます。

実際、他院にて既出の診断の下、抗生剤や喘息薬、制酸剤を使用しても治らないとして受診される患者に対し、抗アレルギー薬とステロイド点鼻薬の使用にて劇的に改善される場合が多く見受けられます。

ですが、頻度的には少ないものの、結核や肺気腫・肺がんなどの重要な疾患が慢性的な咳の原因となることもありますので、咳が長引くときは放置せずに、早めに受診し原因検索・適切な治療を受けるようにしましょう。

【ふなもとクリニック エコー検査予定】

12月の予定

エコー検査	井上先生	1(土) 午前/午後・22(土) 午前/午後・16(土) 午後
	杉山先生	7(金)・14(金)・21(金)・28(金)
	池田先生	11(火)・25(火)
	山本先生	6(木) 午前/午後・8(土) 午後



1月の予定

エコー検査	井上先生	未定
	杉山先生	4(金)・11(金)・18(金)・25(金)
	池田先生	8(火)・22(火)
	山本先生	未定



年末年始休診のお知らせ

ご不便おかけしますが、以下の期間は休診と致します。

12月28日(金) 午後 (午前の診療は行います)
～1月3日(木)

定期薬の処方を受けておられる方はお気をつけください。



☆保険証提示のお願い☆

保険証が変更(負担割合変更も)になった場合は、変更後最初の受診時には、月の変わり目に関係なく必ずご提示下さい。また、月1回の保険証提示にもご協力下さい。宜しくお願い致します。



- ◆ふなもとクリニック 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町7-13 tel. 0798-81-1192
- ◆ふじもとクリニック 〒663-8165 西宮市久保町7-35 レインボー酒蔵通1F tel. 0798-42-7692
- ◆居宅介護支援事業所・ヘルパーステーション **ふくろう** 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町6-20
- ◆訪問看護ステーション・デイサービスセンター tel. 0798-40-9500(代表) 0798-49-7670(デイ直通)
tel. 0798-45-5066(訪問看護直通)