

気管支喘息について

内科 松永 伸一 (医師)



気道に慢性炎症

気管支喘息は乳幼児から高齢者に広く認められる病気です。気道が慢性的に炎症を起している状態です。すなわち、慢性的とは症状がなくても気道は炎症を起していることを意味します。すると気道の内腔が狭くなって、ゼーゼー、ヒューヒューとした呼吸音が聞かれ、呼吸困難、咳が見られます。

患者さんはひどくなると歩行、会話もできなくなります。そして怖いのは重症の喘息発作を起すと死亡することです。治療法の進歩した現在でも年間6000人の人が亡くなっています。注意しないといけないのは、喘息死は必ずしも重症の患者さんに起きるのではないことです。軽症、中等症の患者さんの喘息死が増加傾向にあります。

さらに、大気汚染も喘息を発症させ、増悪する因子です。東京大気汚染公害裁判では、東京の大気汚染が自動車排ガス、とりわけディーゼル排ガスによってもたらされ、喘息患者さんを苦しめたことが明らかにされました。

炎症抑える治療が中心

治療は、喘息の本態が気道の慢性炎症であること、発作がなくても気道は炎症を起していることから、この炎症を抑えることが大切です。その中心が吸入ステロイド療法です。発作のない日も毎日忘れずに吸入することが必要です。このステロイドの吸入が十分

に行われていないことが喘息治療を困難にしています。また、気管支を拡張させるための吸入薬、貼り薬、内服薬、抗アレルギー薬などを必要に応じて使います。ただし、大切なのは治療の中心は吸入ステロイドだということです。

こうした治療をしていても発作が起きてしまったら、即効性のある吸入気管支拡張薬を使用します。しかし、その使い方、頻度、回数間違えると非常に危険です。吸入気管支拡張薬の使用法や病院を受診するタイミングについては主治医とよく相談しておく必要があります。

喘息は自己管理する病気です。そのためにピークフロー値による自己管理を行ってください。ピークフローメーターという簡単な器具(病院で差し上げます)で測定します。一気に息を吐き出した時の速度を測るものです。当然、発作が起きれば値は下がります。発作の程度を客観的に知ることになります。また、自分では発作がないと思ってもピークフロー値が下がっていることで発作の予知に役立ちます。そしてピークフローメーターを利用して喘息日誌をつけましょう。



ピークフローメーターの使い方を指導

自己管理で発作防げる 治療の中心は吸入ステロイド療法

ぜん息医療費が無料に

東京大気汚染公害 ぜん息医療費が無料になります
申請手続きをしまししょう
東京民主医療機関連合会



1日から申請受付が開始されます。都内の代々木健康友の会会員の皆さんには、本紙4月号に東京民主医療機関連合会作成の申請案内リーフレット(写真)を同封しました。該当する方は、もれなく申請しましょう。

渋谷区

コミュニティバス

神宮前・千駄ヶ谷コースが運行



2月29日から渋谷区のコミュニティバス(ハチ公バス)神宮前・千駄ヶ谷コースが運行されるようになりました。代々木病院の最寄の停留所は「千駄ヶ谷駅」、外苑診療所は「神宮前2丁目」が便利です。料金は100円です。

くすりの話あれこれ 38

「アドヒアランス」と薬の治療

問 規子 (薬剤師・たくみ外苑薬局)



アドヒアランスが向上し、よりよい薬物治療を援助します。薬は期待される作用と期待されない作用を併せ持っており、恩恵だけもたらす使い方が本来の薬の使われ方です。そのために、副作用の予防や治療の見直しなど、専門的な知識と継続的な観察が欠かせません。その専門的なアプローチを患者さんと一緒に考え、患者さんも納得して、積極的に治療に参加している「アドヒアランス」の考え方は、「安全で有効な薬物治療」への成果にもつながってきています。

「アドヒアランス」耳慣れない言葉だと思います。訳すると「患者者が積極的に治療方針の決定に参加し、その決定に従って治療を実施、継続すること」となります。最近、アドヒアランスの向上が薬物治療でもよりよい成果につながることで注目されています。例えば、目の手術後の目薬の説明で、「手術後の目薬です。効き目はすぐです。使い方は「です」だけの説明に比べ、「手術後に炎症をとり、傷からの化膿を予防するため必要です。使用期間は△です。副作用や疑問、不安があれば必ずお知らせください」というような説明の方が、目薬をきちんと使っている、手術後も良好の人が多いようです。「必要性と利点・不安への対策」が明確になり、「目薬は面倒だけど、きちんと使おう」というアドヒアランスの向上につながっている。

また、長い間治療を続けていると、「薬の効果は今どれくらい?、いつまでのむの?、量はそのままよいの?、副作用は大丈夫なの?」など「先の見えない不安や不明確さ」が出てきますが、それらが計画的に説明されることで、治療への納得が深まり、