

咳喘息について

みなさんは「咳喘息」という文言を聞いたことがあるでしょうか？
風邪を引いたあと、熱や鼻水は良くなったはずなのに咳だけが全然治らない... もしかしたらそれは咳喘息かもしれません。

●咳喘息とは？

風邪に併発して起こることが多く、喘鳴（ゼーゼー・ヒューヒュー）や呼吸困難を伴わない空咳が慢性的に続く病気です。症状は咳のみで、痰や発熱などといった症状はあまりありません。喘息の前段階とも言われており、放置したり治療が不十分であったりすると、気管支喘息に移行する可能性があります。

●診断方法は？

1. 喘鳴を伴わない咳が8週間以上持続している
2. 気管支拡張薬が有効である（ β 2 刺激薬・徐放性テオフィリン製剤）
3. 気道が過敏になっている
4. 咳の症状にしばしば季節性や日差があり、夜間から早朝にひどくなることが多い
5. 血中・痰・呼気中から検出され、炎症やアレルギーの指標となる物質の値が高い
6. 胸部レントゲンで異常が見つからない

また上記の1・2を満たすことで簡易的に咳喘息と診断することもあります。

●咳喘息に使われる治療薬は？

咳喘息の場合、咳が続いているからといって通常の風邪薬や咳止めを用いてもほとんど効果はありません。咳喘息の場合は①気管支拡張薬（気管支を拡張させて空気の通り道を作る）や②経口・吸入ステロイド薬（気道の炎症を抑える）を使用します。



【症状が軽い場合】

・吸入ステロイド薬（商品名：アズマネックス・オルベスコ・キューバル・フルタイドなど）を使用します。吸入ステロイド薬が使用できない場合はロイコトリエン受容体拮抗薬（商品名：オノン・キプレス・シングレアなど）を使用します。

【症状がすこし重い場合】

・吸入ステロイド薬に、気管支拡張薬のロイコトリエン受容体拮抗薬や長時間作用型 $\beta 2$ 刺激薬（商品名：ホクナリン・セレベント・メプチン・スピロペントなど）、徐放性テオフィリン製剤（商品名：テオドール・テオロング・ユニフィルLAなど）を併用します。

また、ステロイド薬と長時間作用型 $\beta 2$ 刺激薬を1つの薬として配合した吸入薬（商品名：アドエア・シムビコート・フルティフォーム・レルベアなど）もあります。

●日常生活で気を付けるべきことは？

☆ 急激な温度変化に気を付ける（この時期はエアコンに注意!!）

⇒急激な気温の変化は気管支を敏感にさせ、咳喘息の発作を招く可能性があります。外出する際は温度調節の出来る服装で出かけると良いでしょう。

☆ 手洗い・うがいをする

⇒風邪やインフルエンザにかかると気道の粘膜が炎症を起こします。その結果、少しの刺激に対しても敏感に反応してしまい、気道が収縮して咳喘息が起こりやすくなってしまいます。風邪などにかからないよう、手洗い・うがいをしましょう。

☆ お酒を飲みすぎない

⇒アルコールが分解されてできるアセトアルデヒドという物質は、気道を収縮させ咳を起こしやすくします。日本人はアセトアルデヒドを分解しにくい人が多いため飲みすぎには注意しましょう。

他にも、タバコの煙・アレルギーの原因物資・ストレスなどにも気をつけましょう。

～お薬のことでご不明な点やご不安な点がある場合には、医師
又は薬剤師までご相談ください。～

◎参考：咳嗽に関するガイドライン第2版（日本呼吸器学会）

