

# 健康のしおり

皆さんの健康のお役に立つように、このようなパンフレットをつくりました。  
是非ご覧下さい。

港 南 区 医 師 会

横浜市港南区港南中央通7-29

電話842-8806

港南区医師会休日急患診療所

診 療 日 日・祭・年末年始

診療時間 午前10時～午後4時まで

電 話 842-8806

と ころ 鎌倉街道 バス停 吉原  
横浜市港南スポーツセンター前

## 長引く咳と咳喘息

最近、咳が長引く人が増えているようです。咳(咳嗽)は持続期間により、3週間未満の急性咳嗽、3週間以上8週間未満の遷延性咳嗽、8週間以上の慢性咳嗽に分類できます。

急性咳嗽の原因の多く(70%程度)は気道(のど・鼻や気管支)の感染症(ウイルスや細菌による炎症)で、普通感冒(かぜ)や急性気管支炎として治療されます。かぜの90%はウイルス感染が原因ですが、ウイルスには抗生剤は効果がないため、解熱鎮痛薬(かぜ薬)や去痰薬・咳止めなどの対症療法がおこなわれ、多くの場合咳は数日で軽快します。遷延性咳嗽では感染症は7%程度に過ぎませんが、マイコプラズマ、肺炎クラミジアおよび百日咳菌などの気管支の粘膜を障害しやすい細菌が原因のことがあります。これらの細菌では、通常の抗菌薬(ペニシリン系など)の効果が悪く、マクロライド系やキノロン系の抗菌薬を使用する必要があるため、治療が遅れると咳は遷延します。

咳嗽がさらに長引く場合は、ほぼ全ての呼吸器の疾患(肺癌・肺結核・肺炎など)が原因になり得るため、これらの疾患を除外するために胸部X線写真を撮影します。肺に影が見つかれば、血液検査や喀痰検査、胸部CT・気管支鏡などによる精密検査で原因疾患を検索します。しかし、X線検査で肺に特別な影が認められないことがほとんどで、このような場合には、主に気道(のど・気管・気管支)に病変が存在すると考えます。以下に主な原因疾患とその特徴を列記します。

咳喘息(気管支喘息):花粉症などのアレルギー疾患の合併、夜間・早朝の悪化(特に眠れないほどの咳や起坐呼吸)、症状の季節性を認める場合

副鼻腔気管支症候群:蓄膿症(慢性副鼻腔炎)の既往、膿性の痰がある場合

胃食道逆流症に伴う気管支炎:胸やけなど食道症状が存在、会話時・食後・起床直後・上半身前屈時に咳が悪化、腰の曲がり・体重増加に伴う悪化が認められる場合

慢性気管支炎:タバコを吸っている人に、痰がからんだ咳が持続する場合

欧米では、胸部X線写真と胸部聴診所見が正常な成人の慢性咳嗽の3大原因疾患として咳喘息(20-30%)、胃食道逆流(10-30%)、副鼻腔気管支症候群(15-30%)が重要視されていますが、後2者の頻度は我が国では必ずしも高くありません。わが国では、咳喘息50-60%、副鼻腔気管支症候群7-17%、胃食道逆流症5-10%、慢性気管支炎5-10%と、咳喘息が慢性咳嗽の過半数を占めています。

咳喘息は、喘鳴や呼吸困難を伴わない咳が唯一の症状で、気管支拡張薬が有効である喘息の亜型(咳だけを症状とする喘息)と定義され、気管支が敏感になった状態です。気道が敏感になる誘因として、かぜをひいたり、ほこりを吸い込んだりしたことや、気候の変化などが考えられています。咳止めの効果は乏しく、気管支拡張薬で咳が改善すれば咳喘息と診断できますが、1-2週間気管支拡張薬を使用しても無効な場合もあります。治療は吸入ステロイドが第1選択薬となります。適切な治療で大多数の症例で咳嗽は速やかに軽快し、薬剤を減量できますが、治療中止によりしばしば再燃します。症状が続くが再発する場合には長期の治療継続が必要になります。経過中に成人では30-40%、小児ではさらに高頻度で喘鳴が出現し、典型的な喘息に移行します。診断時から早期に吸入ステロイドを使用すると典型的な喘息への移行率は低下するため、咳が長引く場合には専門医への受診をお勧めいたします。