

# せきぜんそく 長引く咳にご注意！咳喘息

監修／北村 聖

東京大学医学教育国際協力研究センター 教授

## 咳喘息ってどんな病気？

かぜは治ったはずなのに、咳はちっとも治まらない、といったような状態が数週間続いたら、それは**咳喘息**かも知れません。

**咳喘息**は、慢性的に咳が続く気管支の病気です。一般的な喘息と同様、気道(呼吸をするとき空気を通る道)が狭くなり、いろいろな刺激に対して過敏になって、炎症や咳の発作が起こります。

室内外の温度差や、たばこの煙を吸う受動喫煙<sup>(※)</sup>、運動、飲酒、ストレスなどのほか、ホコリやダニなどのいわゆるハウスダストが発作の要因になるといわれており、患者数は年々増加しています。この病気は、特にアレルギーのある人に多いとされています。アレルギー反応によって、気道が炎症を起こしてしまうためです



かぜに併発して起こることが多く、かぜをひいたあとに2～3週間以上、咳が続くことがあれば、この病気の可能性があります。女性に多い傾向があり、しばしば再発を繰り返します。

気になる症状があれば専門医(呼吸器科・アレルギー科・耳鼻咽喉科)で詳しく診てもらうことをおすすめします。

※受動喫煙…喫煙者の周囲の人が、そのたばこの煙を自分の意思とは無関係に吸わされること。

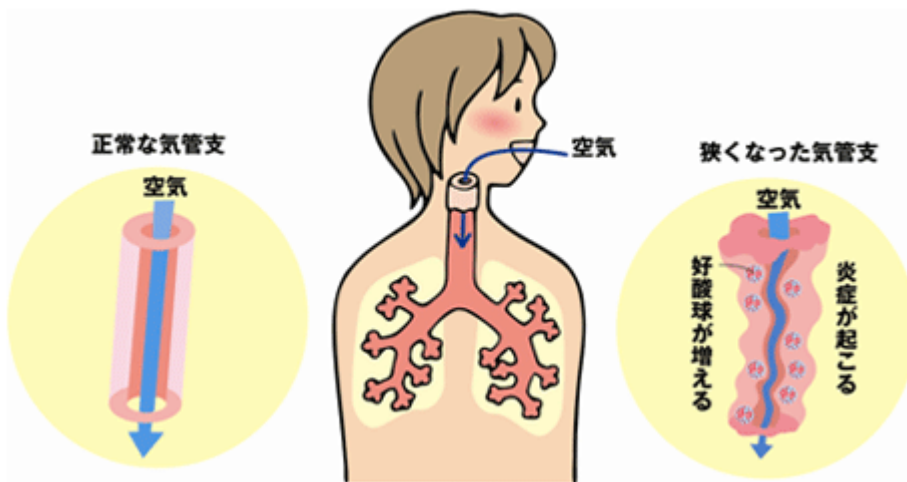
## どんな症状が起こるの？——喘息との違い

**咳喘息**にかかると、一カ月以上、空咳(からぜき)が続きます。ひどい場合は咳が一年以上続くこともあります。ただし、喘息に見られるゼイゼイ、ヒューヒューといった喘鳴(ぜんめい)や呼吸困難はありません。また、発熱や痰(たん)などの症状はほとんど出ません。

夜中から明け方に激しい咳が出たり、寒暖の差や喫煙で咳が出やすくなるのが特徴です。のどにイガイガ感を伴うこともあり、長話をした際、のどが渇いたり枯れたりもします。咳の発作が激しい場合は、胸の痛みを感じたり、嘔吐、失神したりすることもあります。

**咳喘息**は、喘息の前段階ともいわれています。**咳喘息**を放置する

と、本格的な喘息に移行してしまうことがあるので、そうなる前に正しい治療をし、健康管理を続けることが大切です。



### ■ 咳喘息の診断は？ ■

問診で病歴を詳しくたずねた上で、さまざまな症状から総合的に診断します。以下の診断基準を満たす場合に、**咳喘息**と診断されます。

#### 診断基準

1. 喘鳴を伴わない咳が8週間以上続く  
(聴診器で聞いても呼吸にゼイゼイ、ヒューヒューという音が入らない)
2. 喘鳴、呼吸困難などを伴う喘息に今までにかかったことがない
3. 8週間以内に上気道炎(かぜ)にかかっていない
4. 気道が過敏になっている
5. **気管支拡張薬が有効な場合**
6. 咳を引き起こすアレルギー物質などに反応して、咳が出る
7. 胸部レントゲンで異常が見つからない

上記1・5の二つを満たすことで、咳喘息と簡易的に診断することもあります。

### ■ どんな検査をするの？ ■

**咳喘息**にかかると、痰の中の好酸球<sup>(※)</sup>が多くなるとされているため、痰の状態を調べます。さらに血液検査で、ハウスダスト・カビ・ダニなどに対するアレルギー反応を確認します。

※好酸球…白血球の一種。アレルギー反応に関与する細胞で、痰の

中に分泌されます。

■ **どんな治療をするの？** ■

咳が続いているのはかぜが長引いているせいだろうと、かぜ薬や抗生物質、咳止めを用いても、**咳喘息**の場合はほとんど効果がありません。

**咳喘息**の治療には、気管支拡張薬（気管支を拡張させて空気の通り道を広げる薬）や吸入・経口のステロイド薬を使います。



気管支拡張薬を使って、咳がある程度治まれば、**咳喘息**と診断し、吸入ステロイド薬を使った治療を開始します。

吸入ステロイド薬は、1/1000ミリグラム単位の少量でも気道に直接作用して、優れた抗炎症作用を発揮します。全身的な副作用の心配も少なく、長期にわたって用いることができます。抗アレルギー薬を使用することもあります。

最近では、吸入ステロイド薬と気管支拡張薬をひとつの薬として配合した喘息治療薬も出ており、こうした薬が処方されることもあります。

症状が良くなったからといってすぐに治療を止めてしまうと再発することがあるので、数カ月間は続けることが大切です。また、**咳喘息**はそのまま自然に治ることもありますが、約30%が喘息に移行するといわれています。喘息への移行を食い止めるためにも早い段階で薬を使って、気道の炎症を抑える必要があります。特に吸入ステロイド薬の使用は「咳症状の治療」とともに「喘息への移行を予防する」効果が期待できます。

● **咳喘息のための治療薬**

**薬の名前** ●長時間作用型β2刺激薬 ●吸入ステロイド薬 ●経口ステロイド薬  
●テオフィリン薬  
(気管支拡張薬)

**適用症状** 咳が出たり止んだりする場合 持続的に咳が出る場合や、長時間作用型β2刺激薬やテオフィリン薬などでコントロールできないとき (※1)

<b>予想される作用</b>	気道がより敏感になっ てしまう場合がある	声枯れ 口腔カンジダ症 (※2)など  (ただし、吸入後 にうがいをするこ とで防げる。)	満月様顔貌 <sup>(※3)</sup> 副じん機能不全 など
----------------	-------------------------	---	--

※1長時間作動型β2刺激薬・徐放性テオフィリン薬・抗アレルギー薬を用いることもあります。

※2口腔カンジダ症…口の中に棲むカンジダ菌というカビの一種によって、舌やほほの内側などの粘膜に、白っぽい苔のようなものが生じる病気。

※3満月様顔貌…ほほに皮下脂肪が沈着し、満月のように顔が丸く太って見える状態でムーンフェイスとも呼ばれる。

●咳喘息に似ている「アトピー咳嗽(がいそう)」

喘息とまったく同じ症状が現れる病気に「アトピー咳嗽」があります。咳喘息との区別は困難ですが、気管支拡張薬の効果の有無で見分けられます。アトピー咳嗽には、気管支拡張薬ではなく、ヒスタミンH1拮抗薬・吸入ステロイド薬が有効です。(咳嗽とは、一般的な咳のこと)

[↑ Back](#)

●日常生活での予防と対策 .....

◆かぜやインフルエンザに注意

かぜやインフルエンザかかると、気道の粘膜が炎症を起こします。その結果、わずかな刺激にも反応し、気道が収縮して咳喘息が起こりやすくなります。かぜの流行シーズンには、外出時はマスクを装着するようにしてください。できるだけ人ごみは避け、外から帰ったら、手洗いとうがいを徹底しましょう。



◆喫煙・副流煙<sup>(※)</sup>に気をつける

たばこの煙は気管支を刺激し、咳の回数を増やします。特にたばこの副流煙は、受動喫煙といって、咳喘息を悪化させる原因になります。患者さん本人の禁煙は当然として、家庭や職場など、周囲の人にも禁煙や分煙を徹底してもらいましょう。

※副流煙…たばこの先端の火のついた部分から立ち上る煙

#### ◆飲酒を控える

アルコールは原則控えることが望ましいでしょう。お酒を飲むと、体の中にアセトアルデヒドという物質ができます。この物質は、気道を収縮させて咳を起こしやすくします。日本人は欧米人に比べてアセトアルデヒドを分解しにくい人が多いため、飲酒の影響を受けやすいといわれています。飲みすぎには十分に注意してください。

#### ◆アレルギーを起こさない環境をつくる

咳喘息の患者さんにとって、アレルギーを引き起こす原因となるハウスダスト、カビ、ペットの毛、花粉などのアレルギー<sup>(※)</sup>の排除は不可欠です。週に数回、布団や枕などの寝具を干したり、室内をこまめに掃除しましょう。

※アレルギー…アレルギー反応を引き起こす物質のこと

#### ◆気温の変化に気をつける

急激な気温の変化は、咳喘息の発作を招きます。春や秋は常に気温の変化に注意を払い、外に出るときには服装による温度調節を心掛けましょう。エアコンを使う場合は、室外との温度差を大きくすぎないように注意してください。また室内の温度はいつも一定に保つようにしましょう。

#### ◆ストレスをため込まない

ストレスも、気道を過敏にさせる要因となります。日ごろからストレスの原因となる過労を避け、睡眠や休養を十分にとることが大切です。水泳など適度な運動を行い、抵抗力をつけることも咳喘息の予防につながります。

#### ◆食生活に注意する

バランスの良い食生活を心掛けましょう。食物アレルギーのある人は、アレルギーの原因となる食品を避けるようにしてください。食べ過ぎにも注意が必要です。

[↑ Back](#)

ページ制作:株式会社ライフメディコム 情報提供:グラクソ・スミスクライン株式会社

ご利用条件 | プライバシーポリシー | 推奨環境

グラクソ・スミスクライン株式会社

Copyrights (C) 2001-2007 GlaxoSmithKline K.K. All rights reserved.