

# しつこい咳が続いている、咳き込むとなかなか止まらない、息苦しい ・・・その症状は喘息かも!?

きかんしぜんそく  
気管支喘息  
とは

気管支の慢性炎症が原因で、発作的に激しい咳や呼吸困難などの症状を起こす病気です。



## 症状

空気の通り道である気管支が炎症を起こして狭くなり、呼吸がしにくくなるのが特徴です。

気管支が炎症を起こすと以下の症状が出ます。

- ・激しい咳
- ・痰

・喘鳴(ぜんめい):呼吸に合わせてヒューヒュー・ゼーゼーと音が鳴る

日中は症状が落ち着いていても、夜間や明け方に症状が強くなる場合もあります。



## 原因

### ・アレルギー

子供の喘息はアレルギー性が多いです。

原因:ダニやハウスダスト、花粉、犬や猫などのペット、食べ物、化学物質など



### ・非アレルギー

大人の喘息は非アレルギー性が多いです。

原因:過労やストレス、風邪やインフルエンザのような感染症など



## 治療

正常に近い呼吸状態を維持し、支障なく日常生活を送れるようにすることが喘息治療の目標です。

検査結果や症状の程度、増悪の頻度から長期管理薬や増悪時の治療薬などを計画的に使用します。



## 日常生活の注意点

喘息の増悪(症状)を引き起こすきっかけを排除するようにしましょう

- ①こまめに掃除する
- ②十分に休養をとる
- ③喫煙や飲酒は控える
- ④感染症流行時や花粉・黄砂の時期はマスクを着用する

生活習慣を見直すのも大事っぴ



喘息治療は一人ひとりの患者さんの状態に合わせて行っていくことが大切です。気になる症状のある方は、お気軽にご相談下さい。

## Doctorコラム



### 黄砂アレルギーについて

春先には空が黄褐色に煙り、洗濯物などが砂まみれになることがあります。それだけでも困りものですが、実は黄砂に付着してPM2.5などの有害な物質が運ばれてきています。そのため黄砂を吸い込んだり、肌に触れることで、咳、くしゃみ・鼻水、目のかゆみ・充血、肌のかゆみなど色々なアレルギー症状が引き起こされます。

対策は花粉症対策と同様に、黄砂の飛散の多い日は外出を控え、外出時はメガネやマスクを着用しましょう。洗濯物は室内干しとし、空気清浄機も活用しましょう。

黄砂により気管支喘息や花粉症の悪化を来すこともありますので、お困りの症状がございましたらお気軽にご相談下さい。

