

慢性閉塞性肺疾患（COPD）とはタバコ煙を主とする有害物質を長期に吸入暴露することで生じる肺疾患であり、もともと慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病期の総称です。COPD は緩徐に進行する治癒しない疾患であり、慢性の咳や痰、徐々に生じる呼吸困難が主症状です。知らないうちに息切れがして階段や坂道を避けるようになり、さらに進行すると酸素吸入等が必要になるため、早期に発見して進行を食い止めることが重要です。

大事なこと

- ✓ 原因は喫煙+遺伝+全環境暴露（大気汚染、室内の煙など）と考えられている。
- ✓ COPD への罹患に気づかないうちに呼吸苦が進行するため、咳や痰が増える前の早期発見が重要。
- ✓ 治療は禁煙、運動・栄養療法、気管支拡張薬（吸入薬）、呼吸リハビリテーションが主になる。
- ✓ 早期に治療を開始し、進行をくいとめる。
- ✓ COPD は重症疾患を合併するので、併存する全身疾患を含めた治療も必要になる。
- ✓ 息切れしない工夫をする（前かがみや手を上げる動作をさける、不安をさける、など）

- ・世界で COPD は死因の第 3 位（2019 年）（死亡の 90%は後進国、中進国）。
- ・日本で COPD の治療を受けている患者さん数は約 26 万 1 千人（2016 年、男性が約 18 万人）。
- ・日本における推計患者さん数は 約 530 万人で、罹患に気づいていない方が多いと考えられている。
- ・COPD 患者さんの約 90%に喫煙歴があり、肺癌になるリスクが約 5 倍に増大する。
- ・COPD 患者さんの死亡原因は 1 位：呼吸器疾患（肺炎など）、2 位：癌、3 位：心疾患。

慢性閉塞性肺疾患(COPD) の原因

- ① 喫煙 + 遺伝（関わる遺伝子はたくさん）+ 全環境暴露（大気汚染、室内の煙など）。
- ② 電子タバコも COPD のリスク因子である。

慢性閉塞性肺疾患(COPD) の場合に必要な検査

- ① 呼吸機能検査（スパイロメトリー）：COPD の場合は 1 秒に吐き出せる空気量が著明に減少する。
- ② 採血検査：血中好酸球（eosinophil）数を調べる。上昇していたら吸入ステロイド薬が効果を示す。
- ③ 合併する疾患（心疾患、うつ、睡眠時無呼吸症候群、肺高血、骨粗鬆症、肺癌 等）を調べるための検査。

慢性閉塞性肺疾患(COPD) の治療

- ① 禁煙：何よりも大事。困難なら禁煙外来の受診などを行う。
- ② 環境暴露をさける：戸外のオゾン、窒素酸化物、2.5um 未満の粒子などを避ける。
- ③ 栄養・運動療法：筋力の低下などによる更なる呼吸苦の増悪をさける。
- ④ ワクチン接種：COPD が増悪する疾患にかかることを可能な限り避ける。
- ⑤ 吸入気管支拡張薬、吸入ステロイド薬：症状の程度や状態によって薬の量や種類を変更する。
- ⑥ 呼吸苦をきたしにくい動作や体位などを理解し実行する。呼吸リハビリテーションを行う。
- ⑦ 酸素投与、陽圧酸素投与。
- ⑧ 手術による気腫肺の切除、肺移植。