

健康通信

市民病院より

問合先 市民病院 (☎76-4131)

気管支喘息の話

近年アレルギーを持つ人が増えてきました。これによるさまざまな症状が出現しお困りの方も多いと思います。このなかでも代表的な疾患に気管支喘息という病気があります。今回はこれについてお話をしてみようと思います。



▲呼吸器科部長 岩田 晋

どんな病気?

喘息と一口で、「ゼイゼイ・ヒューヒュー」って呼吸が苦しくなる病「気」として広く知られています。この症状は喘鳴と呼ばれ、喘息として最も重要なものの一つです。これはヒトの気道(空気の通り道)がアレルギーなどで炎症を起して狭くなることで起こります。その狭くなった部分を空気が出入りするときに

乱流を起こすためにヒューヒューと音がすると考えられています。この状態を喘息発作と言い、ひどくなると呼吸ができずに命を落とす事になりかねないため、急いで治療する必要があります。治療薬が進歩してきている近年でも日本で年間約2千人以上の方が喘息発作で亡くなられています。

日常的な治療が重要です

喘息の人の気道は、症状がないときでも常に炎症をおこしているため、健康な人に比べて気道が狭くなって空気が通りにくくなっている状態にあります。このように炎症がおこっている気道はとても敏感になっているので、ホコリやタバコ、ストレスなどのわずかな刺激でも気道が狭くなり、発作がおきてしまうのです。従って、喘息の治療は発作が起ったときだけではなく、日常からの予防的服薬が重要となります。

あなたも喘息かもしれません

喘息の症状を持っている方は増えています。アレルギー素因(アトピー)を持つ方が増えた事や排気ガスなどの大気汚染などが原因とも言われ、2006年の厚生労働省の調

査では、成人のおよそ10人に一人に喘息症状が見られました。喘息という子どもの病気と思われがちですが、大人になつてから発症する方も少なくありません。軽症の場合には普通の風邪と症状が紛らわしい事も多くあります。「風邪が長引く」「話していると咳き込みが気になる」などの症状を認める方は呼吸器内科を受診し相談されることをお勧めします。

喘息教室について

当院では喘息について正しい知識と対応法を学んでいただく事を目的に、月一回の「喘息教室」を開催しています。4回にわたり、医師・看護師・薬剤師・検査技師がそれぞれの立場から喘息のお話をさせて頂いています。こちらからお話するだけではなく、通常外来ではなかなか聞けなかったことや日常で疑問に思った事なども、ゆつくりと分かりやすく何でもお答えしています。患者さんご本人だけでなく、ご家族やご友人などごなたでもご参加いただけます。開かれたコミュニケーションを通して正しい知識の習得と交換の場となるよう努力しておりますので、ぜひお越しください。

◆お知らせ 母親学級、安産教室

妊娠生活を快適に過ごし、出産や育児への心構えを身につけていただくために、市民病院では、母親学級、安産教室を行っています。

同じ時期に出産する方々と会い、友だち作りの場としても活用できます。安産教室では、呼吸法・陣痛室での過ごし方など出産について学び、過度な不安や恐怖感を取り除くことを目的としています。また、具体的にどのようなものを購入し、準備しておいた方が良いのかなどもお話しします。

母親学級

▼とき 第1水曜日午後2時〜4時

▼対象 市民病院に通院中で、親子健康手帳をもらった初期から中期の妊婦

安産教室

▼とき 第2・4水曜日午後2時〜4時

▼対象 市民病院に通院中で、妊娠32週以降の妊婦

▼ところ 市民病院8階学習指導室

※当日が祝日の場合は、開催日が変わりますので、産婦人科外来へお問い合わせください。