



シリーズ「ぜんそく治療の今」③



(インタビュー)  
寺岡のぞみ  
フリーアナウンサー  
北海道テレビ放送  
生業立産室所属

教えてドクター /  
**ぜんそくは継続治療が大切です!**

今回は、長瀬洋之先生と小林義昭先生に「ぜんそくの治療と毎日の暮らし」というテーマでお話を伺いました。

**医師と相談のうえ、自分に合った治療法を継続することが大切**

長瀬 洋之 先生

寺岡 ぜんそくの症状にはどのようなものがあるのでしょうか？  
長瀬 特徴的な症状としては、呼吸の度にゼーゼー、ヒューヒューと音がすること。また、長引く咳などが挙げられます。最近はいわゆる咳だけが続く咳ぜんそくの方も多くなっています。咳が3週間以上続く時は、医療機関を受診されることをおすすめします。

寺岡 明け方に症状が悪化するの、なぜなのでしょう？  
長瀬 ヒトには、緊張時に優位になる交感神経と、逆にリラックスすると優位になる副交感神経とがあり、明け方は、気道を狭くする方向に働く副交感神経が活発になるので、症状が出やすくなるとされています。

寺岡 ぜんそくの治療にあたって、毎日の暮らしの中でどのような注意が必要でしょうか？  
長瀬 まず、気温の変化やほこりなど、ぜんそくを悪化させる原因がわかっていれば、それを避けることが大切です。併せて、薬を無理やり止つたり行ったりせず、医師と相談の上、お薬の飲み方を守ることが大切です。



神戸大学医学部 内科学講座  
呼吸器アレルギー学 教授  
(専門医資格) 長瀬 洋之 先生

なかには、薬の吸入を忘れてしまつて、コントロールが不十分になる方もいらっしゃいます。かかりつけの医師に相談して、使いやすいものを選んでいただければと思います。

寺岡 ぜんそくは継続治療が大切と言われていますが？  
長瀬 「症状もないのに、なぜ吸入をしなくてはいけないのか」とおっしゃる患者さんの中には、気がつかないうちに小さな発作を起されていく方も多くいらっしゃいます。自己判断をせず、定期的な診察を受けて、治療を継続していくことが重要です。

寺岡 ぜんそく治療で近年大きく変わってきたこととはどのようなことでしょうか？  
長瀬 例えば吸入薬の種類が増え、さまざまな形の吸入器や、吸入回数が少ないものも出てきました。個々の患者さんの症状やライフスタイルに合わせた選択肢が広がっているといえるでしょう。

**ぜんそくと風邪の違いや、アレルギーとの関係を理解し、発作を起こさないための継続治療を**

小林 義昭 先生

寺岡 ぜんそくの症状は、どのような季節に悪化するのでしょうか？  
小林 春と秋の季節の変化が目につく。ぜんそくの方は体調を崩しやすいので、急な寒暖差に体が付いていきにくく、気圧の変化にも敏感になっていくので、自分の体調に留意しておくことが肝心です。

寺岡 風邪を引くとぜんそくの症状が出やすくなると聞いたことがあるのですが？  
小林 その通りです。しかも、ぜんそくの方が、風邪の症状を起こすと、免疫機能が抑えられてしまい、細菌が増えやすい状態になり、風邪が重症化する可能性があります。

寺岡 風邪とぜんそくを同時に発症していることはどうやってわかりますか？  
小林 のどが痛む、鼻水が出るなどの風邪の症状は、ある程度良くなるものの、二〜三週間たつても咳だけが残る場合はぜんそくを疑う必要があります。

寺岡 ぜんそくの治療を継続すると、風邪による咳も悪化しにくくなるのですか？  
小林 ぜんそくの発作は減ります。



大阪大学医学部 呼吸器内科学 教授  
小林 義昭 先生

寺岡 病院では、どんな検査を行うのですか？  
小林 まず、アレルギーの検査を行います。木や草花の花粉、動物のフケやカビ、昆虫などが吸入性のアレルギーとして多いです。一ヶ月以上も咳を引かせるとマイコプラズマやクラミジア、二〜三ヶ月も続く百日咳などは、ぜんそくとこの区別が難しいため、血液検査で詳しい鑑別を行います。

寺岡 ぜんそくの検査はありますか？  
小林 環境の変化を機に症状が出やすくなるので、出張や移動が多い方は注意が必要です。気になることがあれば、我慢をせず、すみやかに受診するようにしてください。加えて喫煙を控えることも重要です。

寺岡 先生も子供のころ、ぜんそくだったと伺いました。  
小林 子供のころは、階段を登るのもつらく、小児科に通う日々でした。現在は治つていますが、継続した治療の大切さは、身をもって感じていました。みなさまも医師に相談しながら、治療を続けていただければと思います。