

# COPDを知っていますか？

みなさんは「COPD」とよばれる病気があることをご存知ですか？正式な名前は「**慢性閉塞性肺疾患**」<sup>まんせいへいそくせいはいしっかん</sup>とい  
います。今日は、この病気についてご紹介いたします。

COPDは、別名「**タバコ病**」とも言われ、以前は「肺気腫」「慢性気管支炎」と呼ばれていた疾患をまとめた  
新しい病名です。数年かけて進行し、異常に気付いた時にはすでに重症化していることがあります。

## COPDの最大の要因は喫煙です！

タバコはCOPDの発症に深くかかわり、そのリスクを増大させています。COPDと診断されている人の95%  
は喫煙者です。

タバコの煙には、約4000種類もの化学物質が含まれており、その中でも約200種類は有害物質であり、肺組  
織を傷つけ、炎症をおこす要因となります。現在喫煙習慣のある方は、一日に吸う本数が多いほど、また喫煙年数  
が長いほどCOPDの発症リスクが高まります。

なかなかタバコは  
やめられないんだ  
よ。



でも早くタバコを止め  
ないと、どんどん肺が壊  
れて、息がしづらくなっ  
てしまいます。



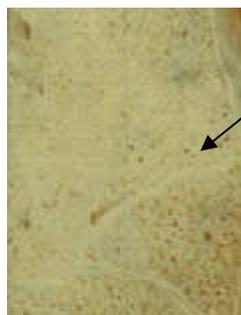
60代女性  
非喫煙者  
夫も非喫煙者

70代女性  
非喫煙者  
夫ヘビースモーカー

70代男性 1日10本  
50年間喫煙

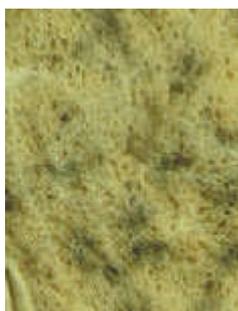
70代男性 1日60本  
55年間喫煙

肺  
割  
面

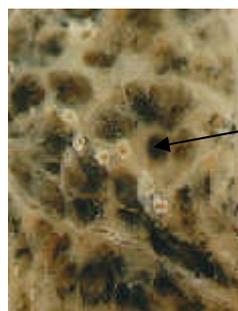


穴は  
1/10mm

スポンジ様な小さな穴  
がたくさん開いている。



穴が少し広がって  
いる。黒い点はタ  
ール。



穴は  
5~6mm

穴は拡大。数は、正  
常の半分程度に減っ  
ている。



正常な細胞はほ  
んどみられな  
い。

タバコを吸わなくても、周りの人が  
吸っていたら、影響があるのね。



## 受動喫煙をご存知ですか？

タバコを吸わない人であっても、周囲に喫煙者がいると、そのタバコの先端の火のついている部分から出る副流  
煙を吸わされること（**受動喫煙**）は、COPDの危険因子となります。特に乳幼児が被害者となります。

現在タバコをやめている人であっても、過去に喫煙歴があるとCOPDが進行していく可能性があります。

喫煙以外では、ぜんそく症状、乳幼児の肺炎、成長期の低栄養状態、大気汚染や職業上における刺激物質の吸入  
などによってもCOPDのリスクが高くなります。

## COPDになると こんな症状が出ます！

風邪をひきやすくなった  
最近どうも風邪をひきやす  
い。

セキや痰がひどい  
風邪が長引き、セキや  
痰が辛い。



心当たりはありませんか？

息切れするようになる  
以前と比べ、階段の上り  
や坂道がしんどい。



動くとき動悸がする  
運動の後になかなかどきどきが治  
まらない。胸がしめつけられるよう  
な感じがある。

## COPDと一緒に起こりやすい病気

### ●心臓病を起こしやすい

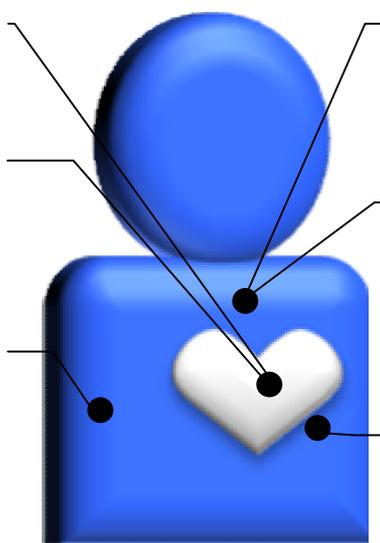
動脈硬化を原因とする心筋梗塞や狭心症を併せ持っていることが多い。

### ●うつ

少し動くだけでも息切れするため、動くことが面倒になり、気持ちが沈みやすくなる。

### ●手足の筋力低下がおこる

肺に治りにくい炎症がおこると同時に、筋肉にも炎症を起こしやすい。筋力が低下すると日常生活も不自由になり、寝たきりになる可能性もある。



### ●肺がん

肺がんを併せ持っていることが多い。肺の機能が弱っているため、手術ができないこともある。

### ●肺高血圧

肺の機能が低下することによって、心臓から肺へ血液を送る肺動脈の負担が大きくなり、血圧が高くなる。症状が進むと心不全になる可能性がある。

### ●骨粗しょう症

骨もタバコの害を受けやすく、COPDになると早い時期から骨がもろくなり、治りにくい。そのため腰痛が起こりやすくなり、骨折もおこしやすくなる。

## COPDは完治が難しい疾患です

壊れた肺の構造は元には戻りません。  
進行を遅らせる唯一の方法が禁煙です。  
病気の程度が軽いうちは、症状がありません。  
そのため、そのころからの禁煙がとても重要になります。  
岡崎市でも[受動喫煙防止対策](#)や[禁煙支援](#)を行っています。  
禁煙治療には保険適用される場合がありますので、  
禁煙をお考えの方は一度、お近くの禁煙外来を受診ください。  
禁煙支援が受けられる医療機関は、  
愛知県のホームページ内の「[禁煙サポーターズ](#)」で検索できます。  
詳しくは[岡崎市保健所のホームページ](#)をご覧ください。



COPDが進むと1日中酸素を吸入する在宅酸素療法が必要となります。

