

肺の生活習慣病-COPD-

COPDとは「慢性閉塞性肺疾患」のことで、気道に障害が起こり、徐々に呼吸機能が低下する病気です。かつては肺気腫や慢性気管支炎とされていた病気をまとめてCOPDと呼ぶようになりました。WHOでは2020年には死亡原因の第3位になると予測している軽視できない病気です。

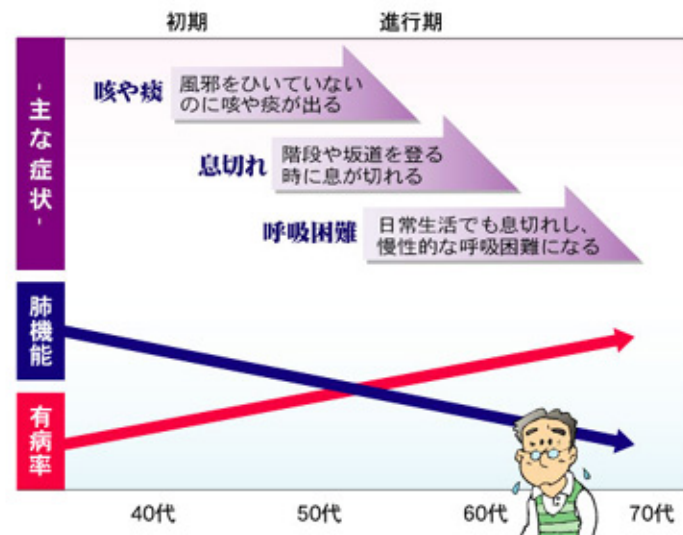
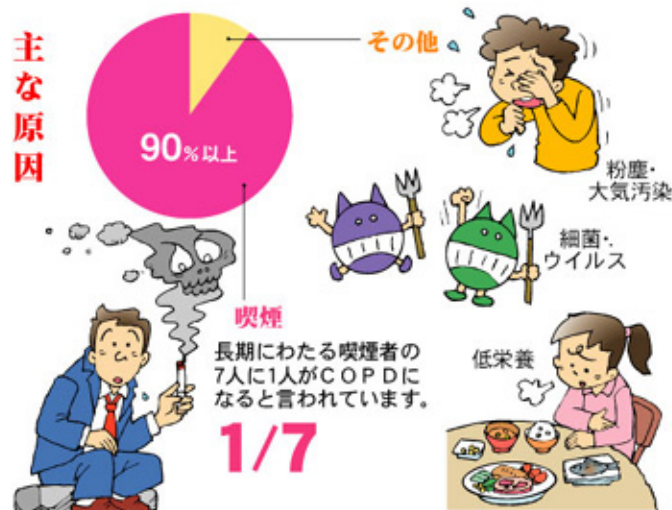


● 原因の90%以上は「たばこ」

COPDは別名「タバコ病」と言われるように、患者の90%以上は喫煙者です。有害物質を多く含むタバコの煙やガス等を吸い続けることで、気管支や肺胞に慢性的な炎症が起こることが、COPD発症の引き金となります。

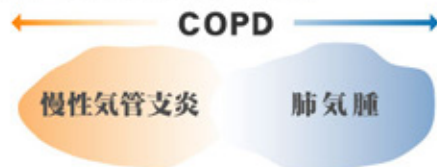
● 年齢とともに増加するCOPD

COPDの患者数は40代から徐々に増え始め、70歳でピークとなります。日本ではCOPDの治療を受けている人は約20万人ですが、潜在患者数は約25倍以上の530万人にのぼると推測されています。



● COPDは全身の病気と併存

COPDは「タバコ病」以外に、「全身の病気」とも呼ばれています。これは、COPDによって肺に起こった炎症が全身に及ぶと考えられていて、身体的疾患から精神疾患、認知症まで広範囲に及びます。



COPD	
慢性気管支炎	肺気腫
主な併発病	
脳血管疾患	肺がん
骨粗鬆症	肺炎
筋力低下	肺高血圧症
メタボリックシンドローム	肺性心
糖尿病	虚脱性心疾患
閉塞性動脈硬化症	うっ血性心不全
貧血	睡眠障害
多血症	うつ病
胃食道逆流症	認知症
胃潰瘍	など

ヘルシーコラム ～X線検査「異常なし」でも要注意～

肺機能検査というと胸部レントゲン検査が一般的ですが、胸部レントゲン検査では、初期段階のCOPDは見逃されることがあります。これがCOPDでありながら治療どころか診断も受けていない「放置された患者」を生み出している一因になっています。COPDの診断には、胸部レントゲン検査と併せて息を吐き出す力を数値化できる呼吸機能検査(スパイロメトリー)が必要です。この数値によってCOPDの診断が可能になり、さらに測定結果を誰にでもわかりやすい「肺年齢」として示すこともできます。

肺の機能は誰もが年齢とともに衰えていきます。「自然な衰え方をした場合の何歳の人の肺に相当するか」が肺年齢です。肺年齢が実年齢と同じか若ければ健康、実年齢より上だった場合は要注意で、COPDの危険性もある、と判断できます。



禁煙は 健康づくりの 第一歩！

「ちばこくほ」千葉県国民健康保険団体連合会