

COPD（慢性閉塞性肺疾患）は、主に喫煙者、喫煙歴のある人に多い病気です。

たばこの煙に含まれる約5,300種の化学物質に含まれる有害な物質（ニコチン、タール、一酸化炭素など）が、気管支や肺を傷つけることにより、肺胞がこわれたり、気管支に炎症が起きたりします。

息切れのために日常生活が困難になり、進行すると酸素吸入が必要となる生命にかかわる病気です。

また、加熱式たばこや電子たばこは喫煙者本人及び周囲への健康影響や臭いなどが従来の紙巻たばこより少ないという誤った認識から切り換える人がいますが、健康に悪影響を及ぼす可能性は変わりません。



紙巻たばこ

細かく刻んだ葉たばこを紙で細長く巻き上げた形態のもの。

新型たばこ

<加熱式たばこ>

専用の道具を使って、葉たばこやその加工品を電気で加熱し、発生する煙を喫煙するもの。

ニコチンや発がん性物質などの有害な物質が含まれています。

<電子たばこ>

香料などを含んだ溶液を加熱して発生する蒸気を吸入する製品。

電子たばこによっては、健康に影響を及ぼす可能性のあるホルムアルデヒド、アセトアルデヒドといった発がん性物質などを発生するものと報告されています。

なお、喫煙以外にも大気汚染や職業的な塵埃や化学物質などによってもCOPDを発症することがあります。

岐阜県健康増進計画「第4次ヘルスプランぎふ21」の目標指標に「COPDを知っている人の増加」を掲げています。29.1%（2022年調査）➡95%以上（2034年目標値）

こんな症状が出たら注意

① 風邪をひいていないのに咳が出る

しつこく続く慢性の咳とたんや、風邪をひいたときや体を動かしたときの喘息（ぜいぜいすること）も、COPDの症状です。



② 粘り気のあるたんが出る

喫煙習慣や繰り返す感染で、気道粘膜表面の線毛が傷つけられ、線毛運動が障害されると、たんを外に出そうとする能力が低下し、たんがたまりやすくなります。



③ 階段の上りなどで息切れがする

特に体を動かしたとき（例えば階段を上り下りするときや坂道を上るとき）に気づきます。

また、同年代の人と一緒に歩いていて、他の人より歩くペースが遅れてしまうといったこともみられます。



COPDは、これらの症状がなく、気が付かないうちに進むこともあり、発見が遅れがちとなるため、注意が必要です。

これらのような症状があったときには、COPDを疑って早めに病院を受診しましょう。



たばこを長年吸い続けることで、肺がんや心筋梗塞になりやすいといわれていますが、たばこが一番密接に関係する病気がCOPDです。

たばこの煙により肺に炎症が起こると、気道と呼ばれる空気の通り道が狭くなるために、呼吸がしにくくなって息切れを感じるようになります。

さらに、気道の先につながつた袋状の肺胞が破壊されてしまい、酸素と二酸化炭素の交換がうまくできなくなります。



COPDは治療可能な疾患です。 早めの治療が重要です

COPDを治療することにより、病気の進行を遅らせ、息切れなどの自覚症状を軽くし、運動能力を高めます。治療を行うことで、同年代の健康な人と同じような生活を送ることができます。

COPDの実際の治療は禁煙が第一で、それに薬物治療や呼吸リハビリテーションなどの方法を組み合わせて行います。

