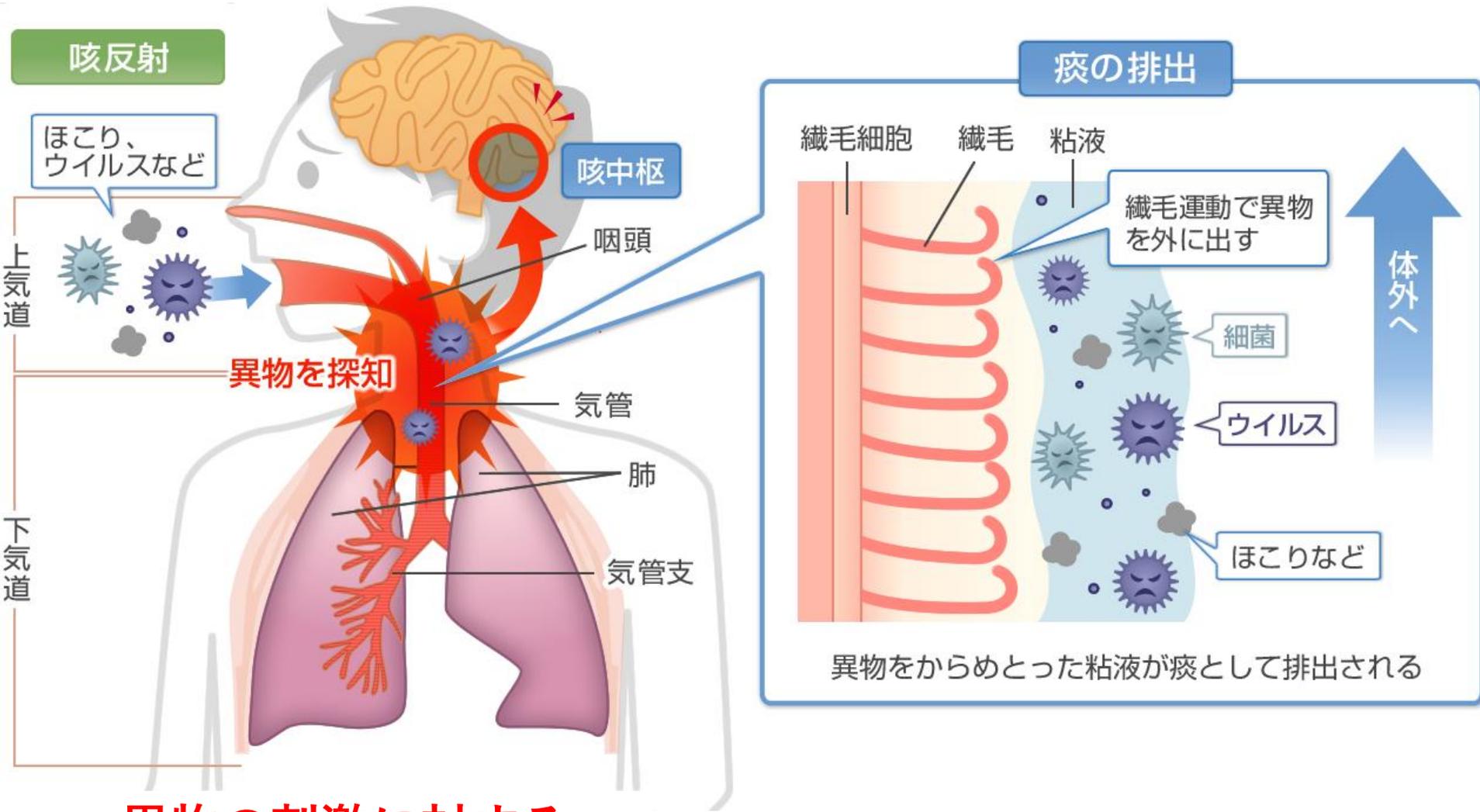


山陰労災病院 健康講話

長引く咳について

2019年12月2日

どうして咳が出る？



異物の刺激に対する
生体防御反応

くすりと健康の情報局 第一三共ヘルスケアを一部改変

https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/health/symptom/20_seki/

咳嗽の原因疾患は様々です！

- 急性上気道感染症
- 急性気管支炎
- 細菌性肺炎
- 結核
- 非結核性抗酸菌症
- 真菌感染症
- 感染後咳嗽
- 慢性閉塞性肺疾患
- 慢性気管支炎
- 副鼻腔気管支症候群
- びまん性汎細気管支炎
- 気管支拡張症
- 副鼻腔炎
- 後鼻漏症候群
- 気管支喘息
- 咳喘息
- アトピー咳嗽
- 咽頭アレルギー
- 胃食道逆流症
- 間質性肺炎
- 悪性腫瘍
- 気道異物
- 睡眠時無呼吸症候群
- 嚥下反射の低下
- 薬剤性
- 職業性・環境因子による咳嗽
- 心因性咳嗽
- 心室期外収縮
- 外耳異物

など

ゴロゴロ？ コンコン？

痰がからむ咳：湿性咳嗽

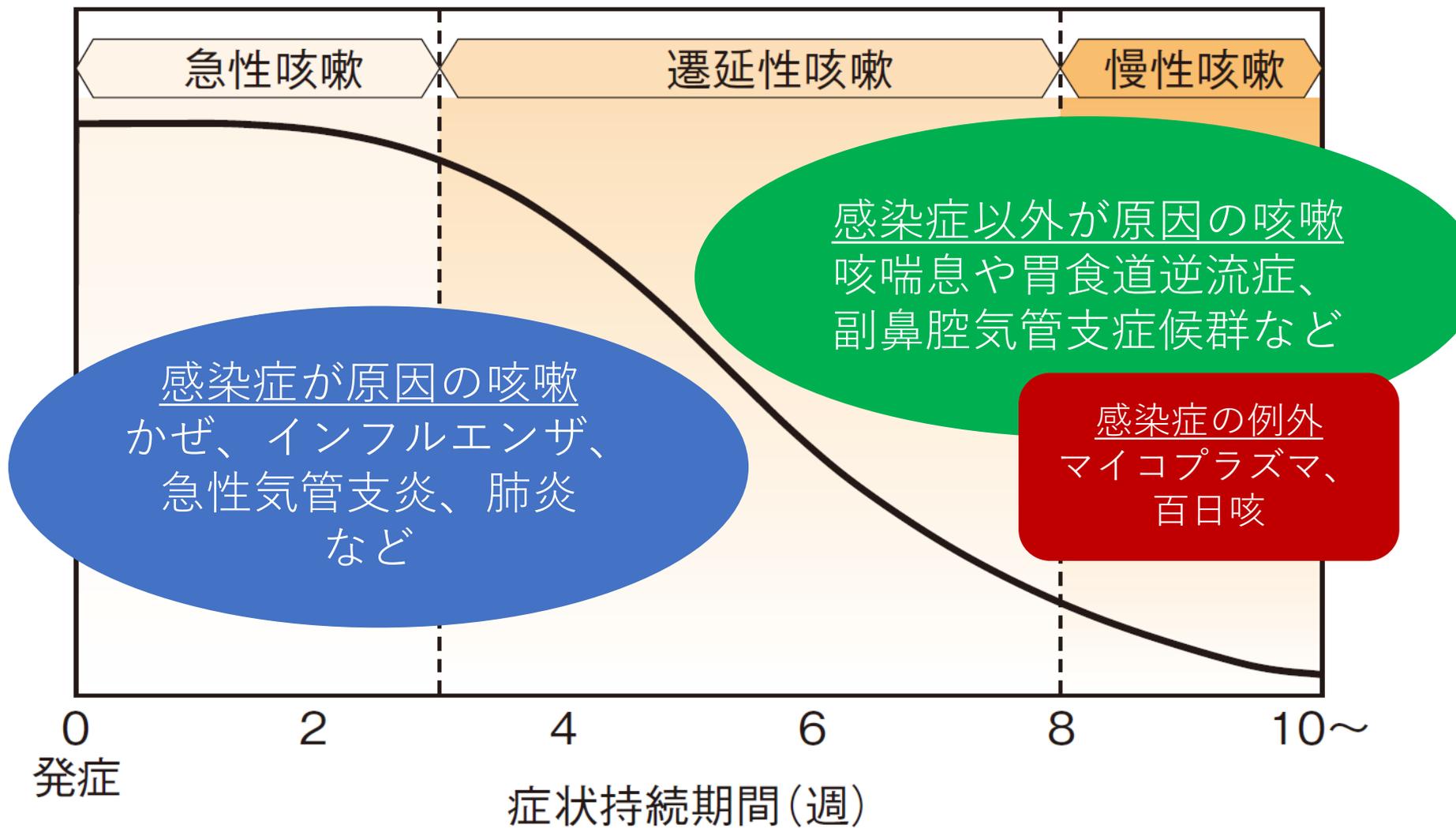
- ・ かぜなどの感染症
- ・ 喘息
- ・ 慢性閉塞性肺疾患（COPD）
- ・ 副鼻腔気管支症候群 など

痰がからまない咳：乾性咳嗽

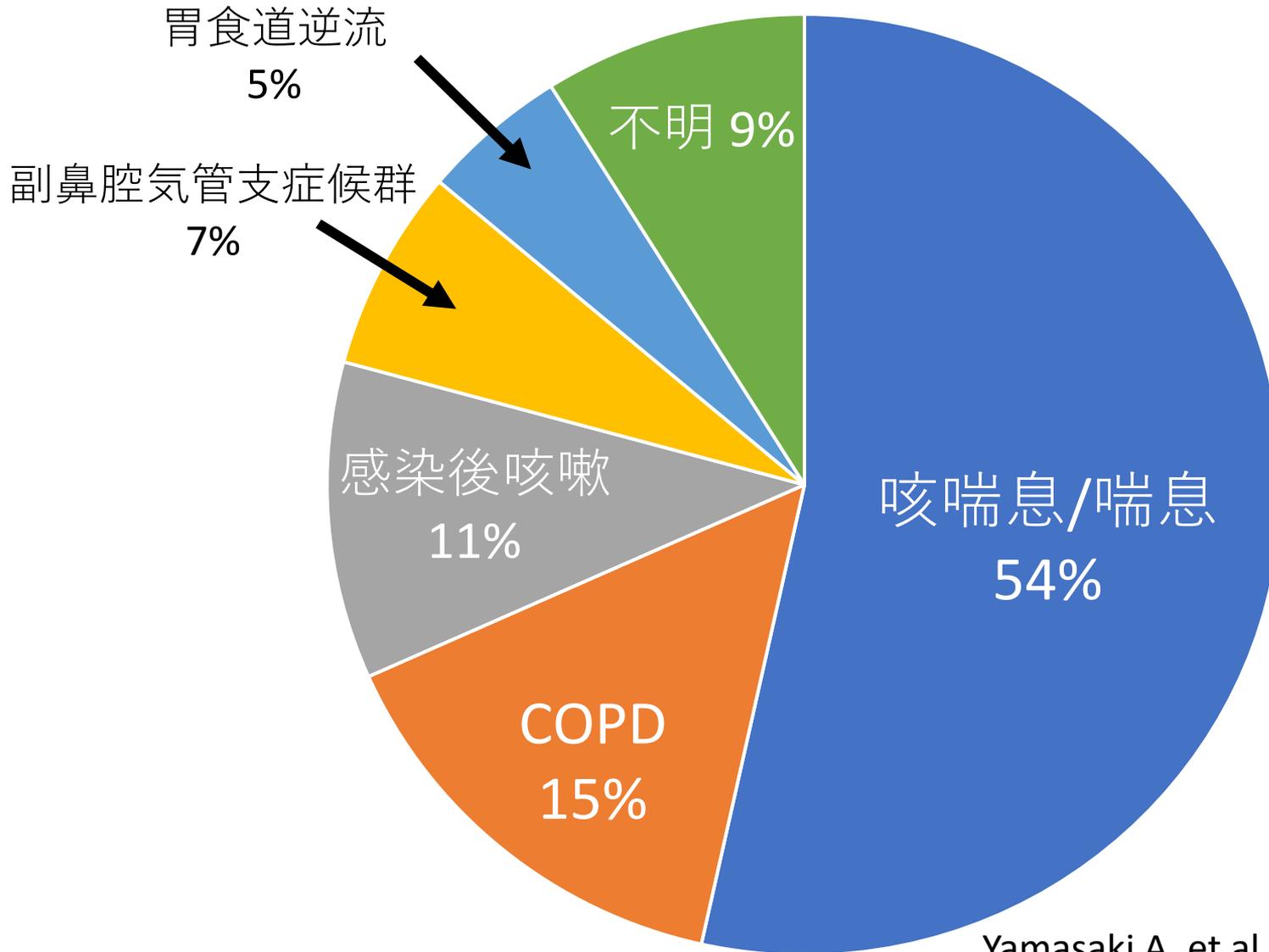
- ・ 咳喘息
- ・ 感染後咳嗽
- ・ 胃食道逆流症
- ・ アトピー咳嗽
- ・ マイコプラズマ感染症・百日咳 など



咳嗽の続く期間で分けると



長引く咳の原因は？



長引く咳の原因となる疾患 について説明します

- 咳喘息
- COPD（慢性閉塞性肺疾患）
- 感染後咳嗽
- 副鼻腔気管支症候群
- 胃食道逆流症



咳喘息

～咳だけを症状とする喘息～

- 喘鳴（ゼエゼエやヒューヒュー）はない。
- 痰を伴わない、乾いた咳が多い。
- “かぜ”がきっかけとなり、咳が長引く。
- 冷たい空気や運動、タバコの煙、花粉や黄砂などの刺激により咳が出やすい。
- 雨天や湿度の上昇でも悪化することがある。



咳喘息

～咳だけを症状とする喘息～



■診断：

- 喘鳴（ゼエゼエやヒューヒュー）を伴わない咳が8週間以上続く。
- 気管支拡張薬が有効。

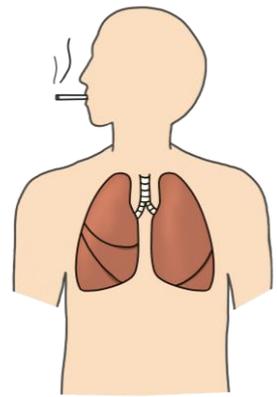
■治療：

- 喘息と同様の治療（吸入薬や内服薬）を行う。

■注意点：

- 成人では30～40%程度が、喘息に移行する。
- 吸入ステロイドでの治療によって喘息への移行が減る。
- 治療中断によって再燃することがある。

COPD（慢性閉塞性肺疾患）



- タバコの煙を主とする有害物質を長期に吸入することで発生する。
- 体を動かした時の呼吸困難や慢性的な咳・痰が基本的な症状だが、進行しても症状が乏しいことがある。





COPD（慢性閉塞性肺疾患）

■診断：

- 呼吸機能検査に加え、喫煙歴などの危険因子や自覚症状を総合して診断。

■治療：

- 禁煙
- 気管支拡張薬の吸入（長時間作用型抗コリン薬や長時間作用型 β 刺激薬）

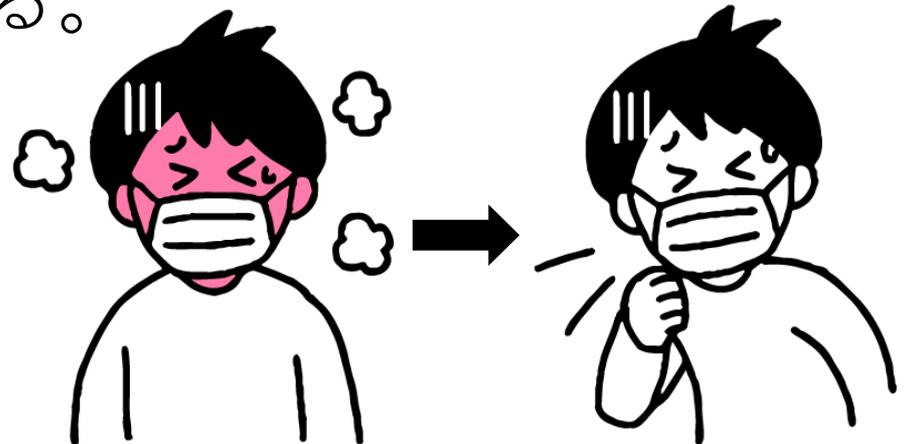
■注意点：

- カゼやインフルエンザ、肺炎などの気道感染がきっかけで増悪することがある。



感染後咳嗽

- “かぜ”などの呼吸器感染症の後に起こる長引く咳。
 - ✓ 長引くとは？
3～8週間（遷延性）ないし8週間以上（慢性）
- 胸部のレントゲン検査で肺炎などの疾患がない。
- 自然に改善する傾向がある。



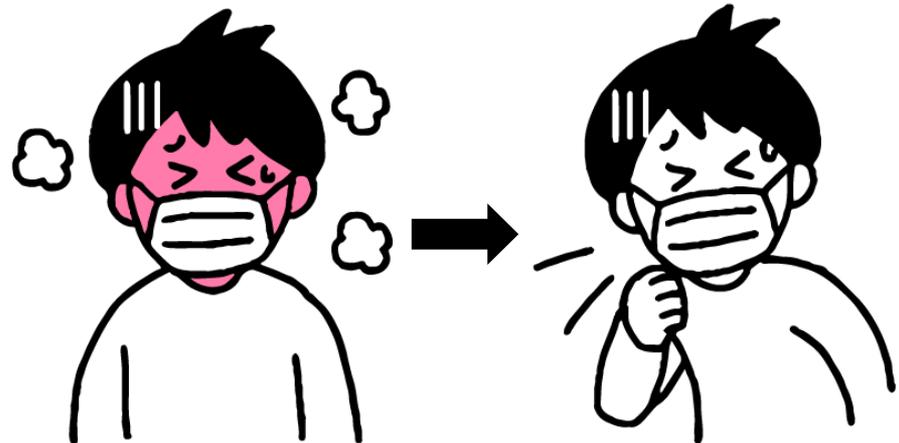
感染後咳嗽

■治療：

- 通常は自然軽快する。
- 特別な治療薬はない。鎮咳薬を使用する。

■注意点：

- 禁煙やマスクの着用によって、咳のきっかけとなる刺激を避ける。
- 飲水や飴玉で喉を潤す。



百日咳

- 急性気管支炎の咳嗽は5日間以上続き、多くは1～3週間以内に軽快する。
- 原因が百日咳の場合、鼻汁、咽頭痛、軽い咳嗽が1～2週間持続した後、咳嗽が次第に激しくなり、強い咳嗽が3～6週間持続する。その後、咳嗽は次第に改善するが、全経過は2～3ヶ月間と長期にわたることもある。

百日咳

■ 診断：

- 1週間以上の咳嗽があり、次の特徴的な4つの咳嗽症状うち、1つ以上を伴う。
 - ✓ 吸気性笛声
 - ✓ 発作性の連続性の咳込み
 - ✓ 咳き込み後の嘔吐
 - ✓ チアノーゼの有無は問わない無呼吸発作
- ペア血清で抗体価の上昇

■ 治療：

- マクロライド系抗菌薬



副鼻腔気管支症候群

- 上気道（鼻）と下気道（気管支）に慢性的に繰り返す炎症が起こる。
- 慢性副鼻腔炎に気管支の炎症性疾患が合併した状態。
気管支の炎症性疾患：
慢性気管支炎、気管支拡張症、びまん性汎細気管支炎
- 痰を伴う咳（湿性咳嗽）となる。

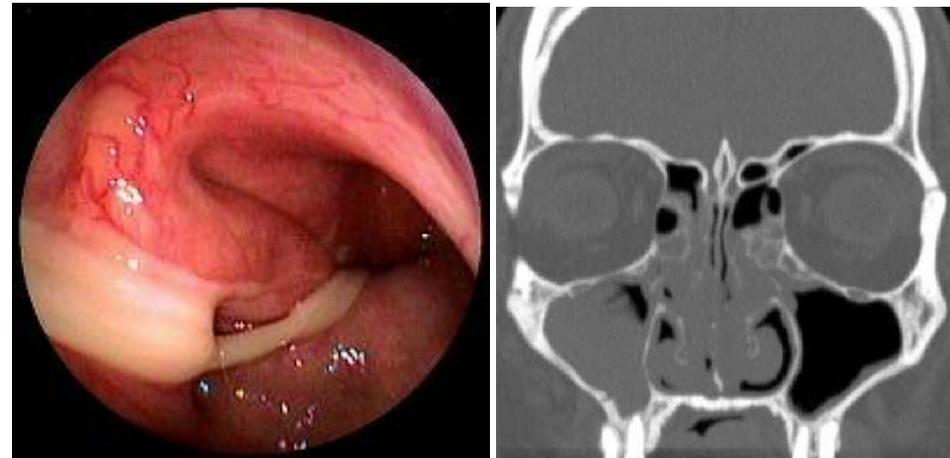
副鼻腔気管支症候群

■診断：

- 8週間以上続く呼吸困難発作を伴わない湿性咳嗽
- 次の所見のうち1つ以上がある
 - ✓ 後鼻漏、鼻汁、咳払いなどの副鼻腔炎様症状
 - ✓ 口腔鼻咽頭における粘液性あるいは粘膿性の分泌液
 - ✓ 画像検査で副鼻腔炎を示す所見
- マクロライド系抗菌薬や去痰薬による治療が有効

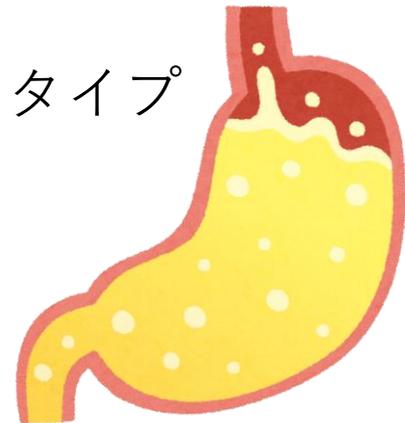
■治療：

- マクロライド系抗菌薬
- 去痰薬



胃食道逆流症

- 胃酸や胃内容物が胃から食道に逆流して何らかの症状や合併症が起こる状態。
- 胸やけや吞酸といった食道症状以外にも、慢性的な咳嗽の原因となる。
- 胃食道逆流症による咳は2つのタイプがある。
 1. 昼間に多く、食道症状が乏しいタイプ
 2. 夜間に多く、食道症状や咽頭症状を伴いやすいタイプ



胃食道逆流症

■診断：

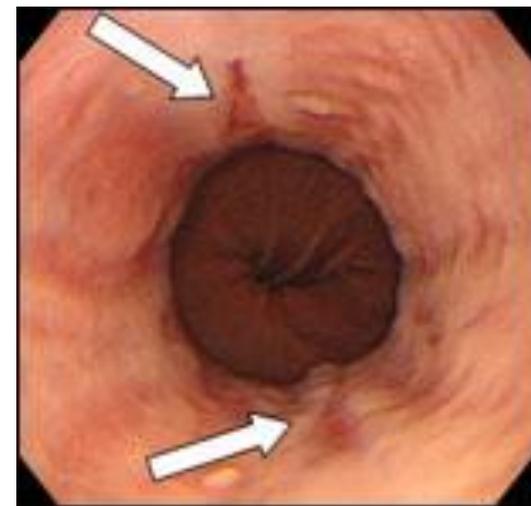
- 上部消化管内視鏡検査（胃カメラ）
- 24時間食道pHモニタリング

• 胃食道逆流症による咳嗽の診断

◆治療前： 以下のいずれかを満たす

- ✓ 胸やけ・呑酸などの食道症状を伴う
- ✓ 咳払い、咳嗽、咽喉頭異常感などの咽喉頭症状を伴う
- ✓ 咳が会話、食事中、就寝・起床直後、上半身前屈、体重増加などのタイミングで悪化
- ✓ 咳き込んで嘔吐してしまう
- ✓ 咳の原因となる薬剤がなく、気管支拡張薬や吸入ステロイド、抗菌薬などの治療が無効

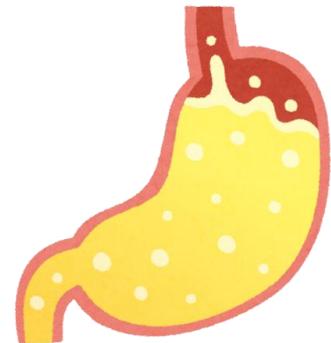
◆治療後： 胃食道逆流に対する治療により咳が改善する



胃食道逆流症

■治療：

- 胃酸分泌抑制薬
- 消化管運動機能改善薬
- 保存的治療
 - ✓ 高脂肪食や過食、飲酒、カフェイン・チョコレートなどの摂取を避けるといった食事療法。
 - ✓ 肥満の解消。
 - ✓ 就寝前の食事を避ける、睡眠中に上半身を起こす、お腹を締め付ける衣類を避けるなどの逆流対策。



忘れてはいけない疾患

- 間質性肺炎
- 腫瘍



間質性肺炎

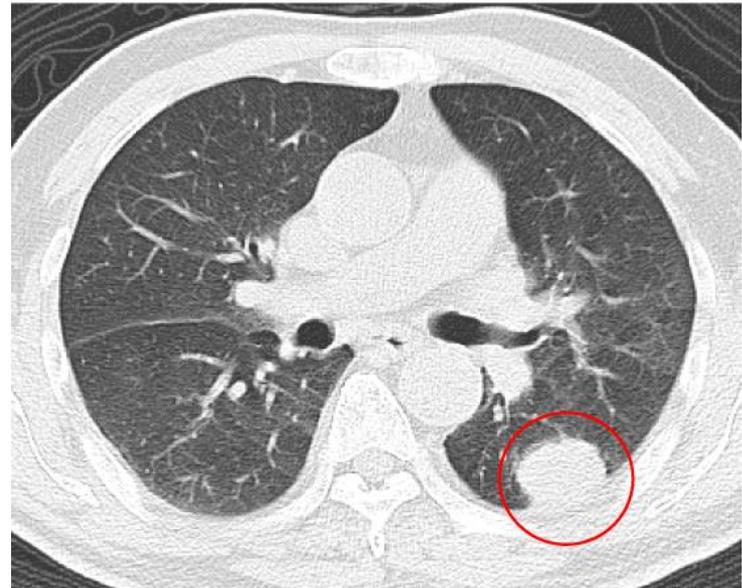
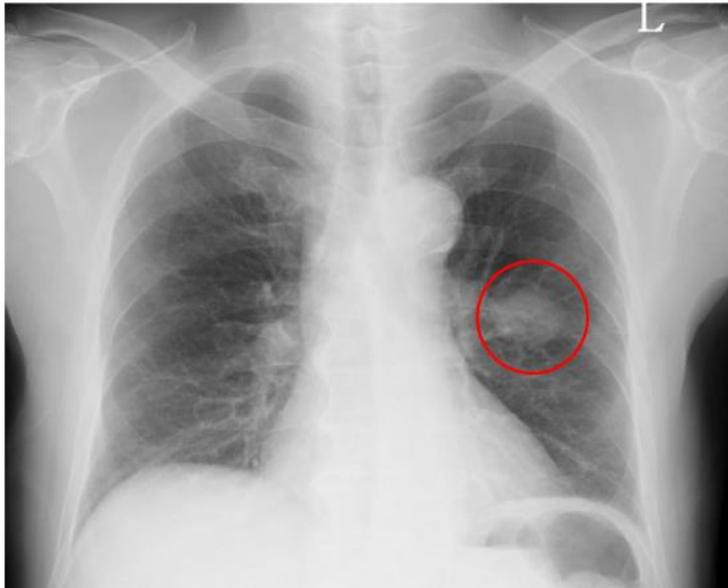
- 様々な理由によって、肺に炎症や線維化が起こる疾患。
- 膠原病や薬剤、放射線、アレルギーなどが原因で発生する場合や原因不明の特発性の場合がある。



特発性間質性肺炎診断と治療の手引きより画像を引用

腫瘍

- 肺癌・肺腫瘍は無症状であることが多い。
- 進行度や合併症によっては発熱や呼吸困難、胸痛、喀痰、血痰に加え、咳嗽が出ることがある。



咳エチケット

- 咳やくしゃみの飛沫によって感染する感染症は数多くあります。
- 他人に感染させないために、咳やくしゃみをする時はマスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえましょう。



マスクを着用する。



ティッシュやハンカチなどで口や鼻を覆う。



上着の内側や袖で覆う。

最後に

- 咳には自然に軽快する咳嗽があります。
- 長引く咳の中には特別な治療を要する咳もあるため、咳嗽が3週間以上持続する場合には医療機関を受診しましょう。
- マスクや咳エチケットも忘れずに！