

慢性閉塞性肺疾患(COPD)

皆さんは風邪をひいた後、熱は下がっているのにいつまでも「咳(せき)」が続いたり、「痰(たん)」が出たり、あるいは日常では何でもないような動作で息苦しさを覚えてしまうなどの経験はないでしょうか？そのような症状は、慢性閉塞性肺疾患(COPD:シーオーピーディー)の症状かもしれません。

COPD は、タバコの煙などの有害な空気を長年吸いこむことで気管支に炎症を生じ、気管支が狭くなって、咳や痰などの症状が繰り返される病気です。また、有害な空気により気管支の先にある肺胞が壊れてしまうことで、酸素を十分に取り込めなくなり、運動、あるいは坂道や階段を上った後などに息切れや呼吸困難が生じます。長期間にわたる喫煙習慣が主な原因であることから、COPD は「肺の生活習慣病」といわれ、社会的にも注目を浴びています。日本には 500 万人以上の COPD 患者さんがいると推定されていますが、実際に治療を受けている患者さんは 23 万人とごくわずかという報告があります。

COPD の症状は「咳や痰がでる」「坂道や階段を上る時に息切れがする」というような日常の見過ごしちな症状から始まります。しかし「年齢のせいだよな」「思い過ごしだよな」と放置してしまうことが少なくありません。このために多くの患者さんが COPD であるにもかかわらず、診断や治療を受けていないことが考えられます。

また、COPD は、風邪などの感染をきっかけに症状が増悪することがあります。増悪が起こると咳や痰が増加し、息切れが悪化します。冒頭に述べた症状は、COPD の増悪の症状の可能性ががあります。その他、発熱や頻脈、倦怠感、疲労感、不眠などの症状を伴うこともあります。これら増悪の症状をきっかけに医療機関を受診し、はじめて COPD と診断されるケースがしばしば見受けられます。



COPD は、重症化すると咳や痰、息切れがひどくなり、日常生活の質を著しく損なう病気です。早期に 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、運動能力を高めることが可能です。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。

今回、COPD の早期発見のための質問票を掲載しました。この質問票で 4 点以上の方は、COPD の可能性があると考えられます。このような方はかかりつけの先生にご相談頂くか、当院呼吸器外来への受診をお勧めいたします。



【内科診療部長 宇津木 光克】



COPD 集団スクリーニング質問票 (COPD-PS™)

この質問票は、ご自身、ご自身の呼吸、またご自身ができることについてお伺いするものです。
記入にあたり、以下の質問に対し、ご自身に最もあてはまる回答のボックス (□) に☑をつけてください。

1. 過去 4 週間に、どのくらい頻繁に息切れを感じましたか？

まったく 感じなかった	数回感じた	ときどき感じた	ほとんど いつも感じた	ずっと感じた
▼	▼	▼	▼	▼
□ ₀	□ ₀	□ ₁	□ ₂	□ ₂

2. 咳をしたとき、粘液や痰などが出たことが、これまでにありますか？

一度もない	たまに風邪や 肺の感染症に かかったときだけ	1か月のうち 数日	1週間のうち、 ほとんど毎日	毎日
▼	▼	▼	▼	▼
□ ₀	□ ₀	□ ₁	□ ₁	□ ₂

3. 過去 12 か月のご自身に最もあてはまる回答を選んでください。

呼吸に問題があるため、以前に比べて活動しなくなった。

まったく そう思わない	そう思わない	何ともいえない	そう思う	とてもそう思う
▼	▼	▼	▼	▼
□ ₀	□ ₀	□ ₀	□ ₁	□ ₂

4. これまでの人生で、たばこを少なくとも 100 本は吸いましたか？

いいえ	はい	わからない
▼	▼	▼
□ ₀	□ ₂	□ ₀

5. 年齢はおいくつですか？

35~49 歳	50~59 歳	60~69 歳	70 歳以上
▼	▼	▼	▼
□ ₀	□ ₁	□ ₂	□ ₂

得点の計算：各質問に対するご自身の回答の横にある数字を、以下の欄に記入してください。
数字を足して合計点を出してください。合計点は 0 から 10 までの間です。

↑1.の得点 + ↑2.の得点 + ↑3.の得点 + ↑4.の得点 + ↑5.の得点 = 合計点

合計点が 4 点以上の場合、あなたの呼吸の問題は慢性閉塞性肺疾患 (COPD) が原因かもしれません。
COPD は、しばしば慢性気管支炎や肺気腫とも呼ばれ、時間の経過とともにゆっくりと悪化する深刻な肺の病気です。
COPD は完治しませんが、治療により症状をコントロールすることはできます。
記入し終えた質問票を医師に見せてください。合計点が高いほど COPD にかかっている可能性が高くなります。
医師はスパイロメトリーと呼ばれる簡単な呼吸検査を行い、あなたの呼吸の問題を調べてくれます。
合計点が 0 から 3 点で、かつあなたが呼吸に問題があると感じている場合も、この質問票を医師に見せてください。
医師は、あなたの呼吸の問題がどのタイプのものか調べてくれます。