

おらほの病院

119

「あたたかな医療をめざして」

諏訪中央病院 リレーコラム

公の場で咳き込んで気まずい思いをし

り、咳で夜も眠れないなど、咳は厄介でつらい症状です。日本最古の感染症は結核とされ、約2000年前の遺跡から結核痕のある人骨が発見されています。弥生人も私たちと同じように咳に悩まされていたのでしょうか。咳と一口に言っても様々な原因があり、原因に合わせた治療をしないといつまでも良くなりません。今回はそんな「咳」に関するお話をさせていただきます。

咳は、「その咳が3週間以上続くものか」によって考える病気が変わります。3週間以内の場合は、第一に感染症を考えます。最も一般的なのはいわゆる「かぜ」で、ライノウイルスなど、かぜウイルスの感染が原因です。ウイルスには抗生剤が効きませんので、無理をせず十分な休息を取り、自分の免疫力で治るのを待ちます。同じ感染症でもマイコプラズマや百日せきなどは、かぜよりも咳の程度が強く長引くのが特徴です。かぜだと思ったのになかなか良くな

諏訪中央病院 呼吸器内科部長

谷 直樹



らない時は受診しましょう。血液検査での抗体検査や、のどの拭い液での抗原・遺伝子検査等で診断して、抗生剤で治療します。

3週間以上咳が続く場合には、咳喘息・気管支喘息の可能性が高くなります。空気の通りの気管支に炎症が起こり過敏になることで、気管支が狭くなって咳が出る病気で、夜間や朝方、春・秋などの季節の変わり目に咳が出やすく、時にゼーゼーする（喘鳴）が特徴です。花粉症などのアレルギー疾患がある方に起こりやすい病気ですが、喫煙者などアレルギーがない方でも喘息になります。息の中の一酸化窒素濃度や、血液でのアレルギー検査などの結果で診断がついたら、気管支の炎症を抑えたり、気管支を拡張したりする作用をもつ吸入薬で治療します。他に多いのが、「のどがイガイガして咳が出る」のが特徴のアトピー咳嗽という病気です。こちらには抗アレ

咳で困っていませんか？

谷 直樹（たに・なおき）
山梨大学附属病院および当院にて
初期研修。2008年4月より当院
内科医師。2010年10月より院外
研修（国立病院機構東京病院）。
2011年10月より現職。

咳の期間と特徴で分かる！疑われる主な疾患

※症状が続く場合は自己判断せず、医療機関を受診してください

3週間		慢性	
急性			
【3週間以内の咳】	【3週間以上の咳】	【3週間以上の咳（痰がからむ）】	
かぜ	咳喘息・気管支喘息	副鼻腔気管支症候群	
□ 最も一般的	□ 夜中、朝方に咳がでやすい □ 春・秋など季節の変わり目に咳が出やすい □ ゼーゼーする □ 花粉症などのアレルギー疾患がある	□ 黄色い鼻水が出る □ 鼻水が喉の奥にたれこむ（後鼻漏）	
マイコプラズマ・百日せき	アトピー咳嗽	気管支拡張症	
□ 咳の程度が強い □ 咳が長引く	□ のどがイガイガする	□ CTなどで診断する	
	胃食道逆流症（逆流性食道炎）	非結核性抗酸菌症	
	□ 胸焼け、酸っぱいものがこみ上げる	□ 中高年の女性に多い	

ルギー薬を選択します。肺以外の病気で咳が出ることもあり、胃酸が食道へ逆流する、胃食道逆流症（逆流性食道炎）は、胸焼けや酸っぱいものがこみ上げてくる症状が一般的ですが、時に咳も引き起こします。胃酸を抑える薬などで改善を目指します。

咳に痰が絡みやすい疾患もあります。鼻水や後鼻漏（鼻水が喉の奥に降りていく）に加えて、咳に痰が絡む場合は、副鼻腔気管支症候群を疑い、痰を抑える薬や抗生剤で治療します。また、気管支が異常に拡張して細菌が定着する気管支拡張症や、土や水の中に生息する菌による非結核性抗酸菌症（中高年の女性で増加傾向の疾患）も、痰が絡む咳が出ます。レントゲン、CTなどの画像検査、喀痰検査等で診断し、治療は抗生剤です。

他にも咳の出る疾患はありますが、咳が3週間以上続いている場合、自然には治らない可能性が高くなります。長引く咳でお困りの際はぜひ病院を受診してご相談いただければと思います。

次回は9月6日掲載予定
（題字は鎌田實名誉院長）