

中村耳鼻咽喉科・呼吸器科だより

= 喘息 =

No.15

(ぜんそく)

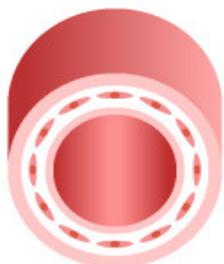


気道の炎症が起こった結果、气道が狭くなると空気を通りにくくなり、「ゼーゼー」「ヒューヒュー」という音がします。さらに、せきが出たり、粘り気のある痰が出たり、ひどい発作になると話しができなくなったりします。

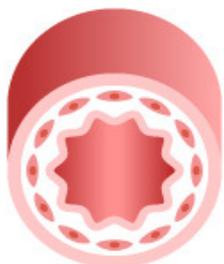
Q. ぜんそくってどんな病気？

ぜんそくの本態は、気道（気管支や肺などの空気の通り道）の炎症です。正確には、『気管支ぜんそく』といわれています。

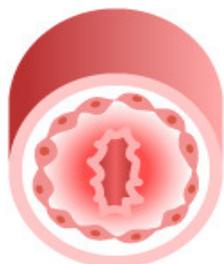
ぜんそくの気管支



正常な気管支



ぜんそくの気管支
慢性的な炎症状態



発作時の気管支
非常に狭くなっている

Q. ぜんそくの原因は？

原因のほとんどが、“アレルギー”と言われています。ホコリやペットの毛など、アレルギー反応を起こすものが体内に入ると、気管支が収縮し、ぜんそく発作を起こすことがあります。

Q. ぜんそくって治る？

子供のぜんそくは、統計的には15歳までに約半数が治ると言われています。しかし、いつまでも治らずに発作を繰り返す場合や、成人ぜんそくに移行する場合もあります。

ぜんそくと上手に付き合い、治療を続けながら、発作を起こさない環境づくりをしていくことが大切です。



日常生活で♡心がけること！

4月 ホコリが増える季節

- ・カーテンは早めに洗う
- ・ふとんは丸洗い・クリーニングに

5月 運動会の季節

- ・お子さまがいない時に衣替えを
- ・運動会がある場合は主治医に相談

6月 梅雨の季節

- ・湿気に注意（カビなど・・・）

7月・8月・9月

花火やバーベキューの季節

- ・花火やバーベキューの煙に注意
- ・エアコンよりもうちわ
- ・この時期に窓を開けて大掃除を！
- ・エアコンフィルターは外で掃除！
- ・秋用のふとんは早めに準備

10月 秋の運動会・マラソン大会

- ・運動会などがある場合は医師に相談
- ・天気の良い日に衣替えを

11月 学芸会

- ・体育館のホコリに注意
- ・冬用の掛け布団を干そう

12月 暖房が入る季節

- ・暖房機は、風のでないものを選ぶ
床暖房がベスト

1月・2月 初詣やバーゲン・

スキーなどの季節

- ・人の多いところは避けよう
- ・冷たい空気を吸わないように、屋外へ出るときは、マスクをしよう
- ・外から帰ったら、うがい・手洗いを忘れずに

3月 花粉症の季節

- ・外出の際には、マスクをしよう



てをあらおう

