

健康アドバイス

COPD (慢性閉塞性肺疾患)

COPDという病気をご存知でしょうか。タバコなどの有害な空気を吸い込むことによって、気管支や肺が障害され呼吸がしにくくなる病気です。心筋梗塞、脳卒中、がんなどと違って、あまり知られていませんが、日本には500万人のCOPD患者さんがいると推定されています。1990年のWHO（世界保健機構）の統計によると、COPDは世界の死亡の第6位となっており、2020年には第3位になると推定されています。

原因はタバコですが、さすがにタバコのCMはなくなったものの、コンビニに行くとおまけつきのタバコやメンソール、スリムと言った女性をターゲットにしたものがある不思議な先進国です。自分の健康は自分で守らないといけません。

そこで、1) タバコを吸っている、2) しわが多い女性、3) ハスキーボイスの女性、4) つめの丸い人は、COPDもしくはCOPD予備軍の可能性あります。

COPDは胸部X線では診断できませんので、肺機能検査を受けてください。結果、閉塞性障害があれば、治療が必要です。そうはいつても、まずは禁煙です。煙のない社会がきますように。

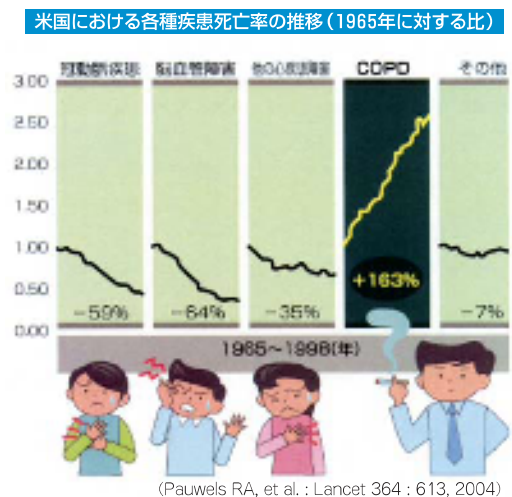
また、余談になりますが、ここ網干区近郊では、比較的多くの工場（鉄工所、化学工場など）があります。これら職業性粉塵吸入によりCOPDが発症しやすくなりますが、それとはまた別の疾患、塵肺／石綿肺という呼吸器疾患が生じることが知られています。COPD同様、咳／痰ではじまり、呼吸困難感が出没してきます。COPDとは異なり肺結核／結核性胸膜炎／肺癌／続発性慢性気管支炎が高頻度に合併することが知られているため、継続的経過観察と対症療法が必要となります。具体的な粉塵作業としては、鉱山、炭坑、窯業、鋳物、溶接、研磨、石綿、い草などです。1年でも短期間でも粉塵職業に従事した場合、事業所の証明がなくとも塵肺手帳／救済制度の活用が可能ですので、精査されることをお勧めします。

1990年	2020年
1. 虚血性心疾患	1. 虚血性心疾患
2. 脳血管障害	2. 脳血管障害
3. 下部呼吸器感染症	3. 慢性閉塞性肺疾患 (COPD)
4. 下痢性疾患	4. 下部呼吸器感染症
5. 分娩に伴う障害	5. 呼吸器癌
6. 慢性閉塞性肺疾患 (COPD)	6. 交通事故
7. 結核	7. 結核
8. 麻疹	8. 胃癌
9. 交通事故	9. HIV
10. 呼吸器癌	10. 自殺

(Murray C.J.L., et al. : Lancet 349 : 14)



22歳の双子が40歳まで喫煙した場合(左)と喫煙しなかった場合(右)にどんな顔になるか特殊メイクでシュミレーションしたもの



健康アドバイス

緑内障

ツカザキ病院 眼科 中倉 俊祐

緑内障と言われたのですが失明するのでしょうか？

今回は勝手ですが、QアンドA方式で患者様にわかりやすく、説明したいと思います。

Q1 眼圧が正常範囲である16~18mmHgにも関わらず、緑内障と言われたのですが本当ですか？

A 日本人の緑内障の割合は40歳以上で5%といわれております。そのうち、正常眼圧緑内障はその80%を占めます。

眼圧が正常でもその人にとって高いわけで、さらに下げないと進行を抑制できません。逆に25mmHgと高くても、異常がない場合を高眼圧症といいます。

緑内障の場合の最大の問題点は、かなり進行しないと自覚症状がでません。またその経過は多くの方が約20年~30年とゆっくりです。

眼圧が高い緑内障であれば霧視や眼痛の訴えで来院されますが、正常眼圧緑内障の場合眼底検査と視野検査をしなければみつかりません。家族歴のある方や、近視の方は要注意です。



Q2 欠けてしまった視野は戻りますか？
手術でも無理ですか？

A 手術では眼圧をさげることはできますが、欠けてしまった視野は残念ながら回復することはありません。

そうならないように、早期発見し定期的な検査と診察を受ける必要があります。特に若い60歳以下の方は厳密な管理が必要です。

その人の寿命、視野、視野欠損の進行速度の三者の関係が一番大切です。また、視野が進めば進む程眼圧を低くする必要があります。

正常眼圧緑内障ではない緑内障で、眼圧が30mmHg以上と高値であれば早急の手術が必要です。