

杉山院長のやさしい医学講座喘 息性気管支炎

知って得する身近な病気や症状

川崎幸クリニック院長 杉山 孝博



「風邪をひいて寝る前と明け方に咳がひどくて眠れません」「横になると咳がでて苦しくなるので、コタツにもたれながら、夜を過ごしています」

「咳が続くと、のどがゼーゼー鳴って、呼吸が苦しくなります」

このような症状を訴えて内科の外来を受診する患者さんが絶えません。

このような場合、私は、喘息性気管支炎と診断して治療を開始します。喘息のようなアレルギー体質が背景になって、風邪による喉の炎症が悪循環を形成して、ひどい咳の発作を誘発するからです。

はじめは、のどの違和感・だるさ・微熱などの軽い風邪の症状であっても、その日の夜になると、咳が強くなるようになります。咳をする→のどが痛む→さらに咳が強くなる→のどの痛みがさらに強くなる、のようにたちまち悪循環を形成して、時に胃が飛び出るのではないかといいほど強い咳が出るようになって、胸痛や腹痛を伴うようになります。また、喘鳴（のどがゼーゼー鳴ること）や呼吸困難を伴うこともしばしばです。

ふとんに入って横になると咳がひどくなり、起き上がると軽くなります。明け方になると強い咳のために目が覚めて、強い咳がしばらく続きます。一般的に、昼間は咳が軽くなります。その理由は、自律神経（交感神経）とホルモンの作用により、活動的な昼間は、気管支が拡張されて空気の通りが良くなり、夜は逆に副交感神経の作用のため気管支が狭くなるからです。

このような状態の人が、普通の風邪薬を飲むとかえって、痰が粘っこくなり苦しみが増すことがあります。多くの風邪薬に含

まれている抗ヒスタミン剤が気管支の粘液の分泌を抑えてしまうからです。

咳・のどの痛みの悪循環を断ち切るためしっかりした咳止めを使うこと、気管支拡張剤を使って空気の通りをよくすること、感染に対して抗生物質を使うこと、痰を切れやすくする去痰剤を使うことが、治療のコツです。呼吸困難などが強い場合には、気管支拡張剤、抗生物質、副腎皮質ホルモンの入った点滴をする必要があります。

このような状態を経験した人は、「次に風邪を引いたら同じ状態になるのだ。普通の風邪ではないのだ」と思って、咳やのどの痛みが出てきたら、すばやく、咳止めと気管支拡張剤を服用して、悪循環に陥らないようにすることが大切です。ですから、喘息性気管支炎が治っても薬をいつも手元に持っていて、薬の残りが少なくなったら、処方してもらうため受診すべきです。

私は、患者さんに、「体質を改善することは難しいことですが、発作を予防し軽くすることは、あなたの心がけ次第です」と話しています。

処方例：

- 1) リン酸コデイン 100 倍散 6.0 g
3 × 朝昼夕
- 2) スロービッド 100mg 2 カプセル
2 × 朝、眠前
- 3) ムコソルバン 3 錠 3 × 朝
昼夕
- 4) ペングット 250mg 3 錠 3 × 朝
昼夕