

その咳、ほんとに風邪ですか？

1 氷山の一角

「氷山の一角」とは、目に見えているのは物事の一部分のみであることを意味する言葉です。そしてこの定型句は、悪いこと（正しくないこと）が陰に隠れているなどネガティブな文脈で用いられるフレーズです。

一例をあげると、文部科学省の調査では不登校の子どもたちは約41万人（小中学校で約34万人、高校で約7万人）と報告されています（2023年度）。しかし不登校とは「年間30日以上欠席した子供のうち、病気や経済的理由以外で休んだ場合」と定義されているので、例えば登校しても授業に出られず保健室で過ごしている場合は出席扱いとなり不登校にはカウントされないため、「不登校41万人」は氷山の一角に過ぎず、予備軍も合わせれば発表された数字の何倍にもなる、と専門家は指摘しています。

2 むかし肺気腫、いまCOPD

「氷山の一角」といえば、わが国のCOPD（慢性閉塞性肺疾患）患者数は500万人以上と推定さ

れているのに治療を受けているのは38万人程度しかおらず（2023年）、実に9割以上の患者さんは適切な治療を受けていないのが現状です。COPDは体動時の息切れや慢性の咳・痰が主な症状であり、以前は肺気腫や慢性気管支炎などと言われていました。この病気は喫煙習慣のある中高年男性に多く発症する肺の生活習慣病なのですが、長引く咳や息切れがあっても本人は「風邪を引いた」「年のせいだ」と自己判断し、受診が遅れて治療に至らないのです。COPDの原因の90%以上は喫煙であるため別名「たばこ病」と

も言われており、気管支が慢性の炎症を起こしたり、酸素を取り込む肺胞が壊れて息が吐きにくくなります。そして重症化すると階段の上り下りや入浴・着換えなどのちょっとした動作でも息切れを感じるようになり、さらに進行すると呼吸不全や心不全を起こす命に関わる病気なのです。

3 陸でおぼれる苦しさ

以前は有効な薬がありませんでしたが近年では治療法が進歩しており、まずは確実に禁煙をした上で気管支を拡げる吸入薬が基本となります。また症状に応じて去痰薬を併用したり、インフルエンザや肺炎球菌などのワクチンを接種して感染症予防に努めることも大切です。一度悪化した肺は完全に健康な状態に戻すことは困難ですが、禁煙はいつ始めてもCOPD

の進行を緩やかにするので呼吸機能の改善が期待できます。ヘビースモ

ーカーだった落語家の桂歌丸さんは重症のCOPDで在宅酸素療法を受けていました

COPDで実際に治療を受けている患者数

[38万人]

実際に治療を受けている患者さんはごく一部

COPDの推定患者数

[500万人以上]

(株)チェスト／一部改変



が、「陸でおぼれるような苦しさ」と表現していました。「楽屋から高

座（舞台）の座布団まで歩くだけで息切れがして、最初の2〜3分はしゃべることも出来なかった」というのですから本当に苦しかったのだと思います。

この病気は肺だけでなく全身に影響を及ぼし、心筋梗塞や高血圧、糖尿病、骨粗しょう症、うつ病などを併発しやすいので注意が必要です。2022年の栃木県民の喫煙率は19%と上から5番目に高く（全国平均16・1%）COPD発症リスクがあることから、40歳以上で10年以上の喫煙歴がある方はぜひ呼吸機能検査を受けてください（胸部X線で早期のCOPDを見つけることはほぼできません）。



沼尾 利郎

ぬまおとしお

日光市生まれ。宇都宮高校、獨協医科大学卒業後、米国留学を経て宇都宮セントラルクリニック等で診療。専門は呼吸器、アレルギー、スポーツ医学など。