

# まちのくすりやさん

第78号

## 今回のおはなし

「咳」

「大学における禁煙」



# 咳

秋から冬は、風邪やインフルエンザなどの呼吸器感染症が流行する時期です。咳に悩まされる事も少なくありませんが、長引く咳の中には、感染症以外の病気が潜む可能性もあります。きちんと原因を調べて治療することが必要です。

咳は、空気の通り道である気道内にたまった分泌物や、吸い込まれた異物を排出する体の反応です。風邪の原因となるウイルスなどの病原体に感染し、気道が炎症により過敏になって起こることが多いです。風邪や気管支などによる急性の咳の多くは、1～2週間で自然に治りますが、2～3週間後も治らない時は、風邪以外の可能性が高く注意が必要です。感染症なら結核、感染症以外では肺がんではないかどうかをまず確認する必要があります。日本呼吸器学会は、昨年、咳に関する診療指針（第2版）を作成しました。3週間以上続く咳には、容易な投薬はせず、問診や聴診、エックス線撮影などの基本的な検査を必ず行い、可能な限り原因を絞り込むことを勧めています。咳が起こる時間帯やアレルギー体質の有無、胸焼けの症状等も手がかりとなります。

8週間以上続けば「慢性の咳」とされ、感染症以外の病気が関係している可能性がより高まります。日本では、気管支などの気道の慢性的な炎症で起こる「ぜんそく」や、ぜんそくの前段階である「せきぜんそく」、アレルギーによる「アトピー咳嗽」などが半数を超えるとされています。最近では、鼻炎により鼻汁が喉に流れ落ちる「後鼻漏」や、胃酸の逆流などで起こる「胃食道逆流症」が目立っています。「せきぜんそく」は、ヒューヒュー、ゼイゼイといった音が出ず、咳だけが出て、放置すると患者の3割はぜんそくに進行するといわれています。

### せきを見分ける

2～3週間続く時は風邪以外の原因を疑う。8週間以上では感染症ではない病気が潜む可能性が高い。問診や胸部の聴診、エックス線などで原因を突き止めることが必要だ

#### ①せきぜんそく、ぜんそく

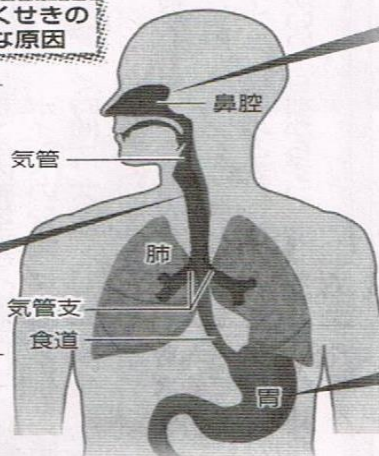
ダニやハウスダストなどの刺激で気道が炎症を起こし過敏になる。3割がぜんそくに進行する

##### 治療法

吸入ステロイド薬、気管支拡張薬など

#### 長引くせきの主な原因

気道  
気管支  
食道



#### ③後鼻漏

鼻炎などが原因で鼻水が喉に流れ落ちてしまう

##### 治療法

点鼻ステロイド薬、抗菌薬など

3週間以上続く咳は、安易に自己判断せず、呼吸器の専門医を受診して下さい。

#### ②アトピー咳嗽

喉のイガイガ感を伴い、主に就寝時や起床時などに乾いたせきがでる

##### 治療法

抗ヒスタミン薬など

#### ④胃食道逆流症

胃酸や内容物がせり上がり、食道下部や気道などを刺激する

##### 治療法

プロトンポンプ阻害薬

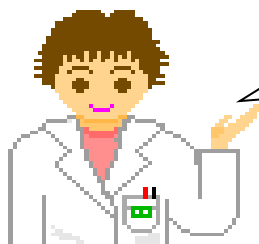
## 大学における禁煙

大学のキャンパスを禁煙化する取り組みが進んでいます。最近は高校生の喫煙率が下がり、大学入学後に吸い始めるケースが増加しています。受動喫煙の防止に加え、喫煙の「大学デビュー」を食い止めようと、各大学は知恵を絞っています。

読売新聞が九州・山口・沖縄の国立大学と医学部がある大学計15校にアンケートしたところ、建物は熊本大を除く14校が全面禁煙していました。

キャンパス全面禁煙化の動きは徐々に広がっています。岩手大は2008年4月、東北大は11年10月から実施しています。信州大は16年4月から、大阪大も15年4月から全面禁煙を目指すと言っています。また、喫煙しないことを入学条件にする取り組みもあります。熊本市の崇城大学薬学部は、11年度から、入試の募集要項に「非喫煙者を対象とする」と明記しています。

九州大は、10年度から、3か月間の無料禁煙プログラムを実施。今年度までに学生78人、教職員67人が参加しました。プログラム終了時には、約6割が吸わないようになりますが、1年後も続いた人は約4割。学生の禁煙成功率は、教職員の半分程度。「たばこの害に関する教育と環境整備、禁煙支援の3本柱で取り組むことが大切」と担当者は話しています。



あけましておめでとうございます。  
今年も、身近な話題を掲載して参りますので、  
「まちのくすりやさん」をぜひお読み下さいませ  
よう、よろしくお願い致します。

(一社) 浦安市薬剤師会

〒279-0004 浦安市猫実1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812 (月～金：10～15時)

Fax 047-355-6810

メールアドレス [toiawase@urayaku.jp](mailto:toiawase@urayaku.jp)

ホームページ <http://www.urayaku.jp/>