



しもじ通信 vol.208 9月号

2025 年

9 月号

『肺の生活習慣病-COPD(慢性閉塞性肺疾患)-』



しもじ内科クリニック院長

下地 栄壮



COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気をご存じですか？ 2023 年の死亡者は 16,941 人で徐々に増加しています。治療中の患者数は約 38.2 万人ですが、潜在患者数は約 530 万人と推定され、40 歳以上の有病率は約 8.6%とされています。

COPD は加齢と共にリスクが高まるため、男性の喫煙率が高かった世代が高齢化したために発症者が増加していると考えられます。(ちなみに、女性は男性よりも喫煙による COPD のリスクが 43%と高いと報告されています)

👉 **COPD** は、主にタバコの煙などを長期に吸入することで持続的な炎症が起こり、肺胞(酸素と二酸化炭素を交換する肺の直径 0.1-0.2mm の小さな袋状の構造物)が破壊されて呼吸がしにくくなる病気です。

患者さんの約 90%が喫煙者または元喫煙者であり、日々の習慣が原因で起こる病気のため“肺の生活習慣病”とも呼ばれています。



👉 **主な症状**は、坂道や階段での息切れや、長引く咳や痰、呼吸が浅くなる感じなどです。治療をせずに重症化した場合、少し動いただけで息苦しくなったり、酸素吸入が必要になることもあります。

COPD は、新型コロナウイルスをはじめとする気道感染症にかかり易くなり、重症化し易くなることが分かっています。また、COPD は肺だけではなく全身に影響を及ぼす病気です。

COPD の患者さんの 29.2%に高血圧、12.3%に糖尿病と脂質異常症が併存していると報告されています。また、高血圧の患者さんが COPD を併存している場合、脳卒中や心筋梗塞の発症リスクが増加することも報告されています。

残念なことに、一度破壊されてしまった肺の構造は禁煙したとしても元に戻ることはありません。しかし、禁煙をすれば肺の破壊がそれ以上進むのを防ぐことは出来ますので、いつのタイミングであっても禁煙するのに遅すぎたということはなく、治療の基本は「禁煙」です。

その他の治療法には、気管支拡張薬・去痰薬・呼吸リハビリ(呼吸筋を鍛える)・酸素療(進行した場合に使用)があります。インフルエンザや新型コロナウイルス、肺炎球菌に対するワクチンを接種することで、罹患した場合の重症化を防ぐことも大切です。



しもじ内科クリニック(nico nico studio)

東区三苦 3 丁目 2-49(福岡銀行美和台支店隣り)
TEL:092-605-6300