

COPD(慢性閉塞性肺疾患)は 世界の死亡原因の第3位です

図 健康づくり課 健康支援係

保
健
の
窓

発症すると元には戻らないといわれる肺の病気



慢性閉塞性疾患(COPD)は、有毒な粒子やガスを長期間にわたって吸入することで、気道や肺に炎症が起こり肺の組織が破壊され、息がしにくくなる病気です。

一度破壊された組織を元に戻すことはできません。原因のほとんどはたばこで、自分が吸うのはもちろんのこと、周囲の人が吸っているたばこの煙や喫煙者からの呼気からでもCOPDになる可能性があります。

症状と進行

たんを伴う咳、息切れが何年にもわたって続く、呼吸のたびにぜいぜい・ひゅーひゅーするという症状があります。発症から40年ほどの時間をかけて徐々に進行します。進行につれて、体重減少や気胸、心不全や呼吸不全などを伴い、全身の状態を悪化させます。重症の場合には携帯用酸素ボンベなどを用いて、常に酸素を補充する必要があります。



早期発見と治療

現時点で完治させる治療法はありませんが、早期に発見し治療を開始することで進行を遅らせ日常生活における健康レベルの維持を図ることができます。大切なのは、「たばこを身体にいれないこと」「症状に早く気付くこと」です。

禁煙外来を活用しましょう

喫煙している方は、ご自身と周りの方のために禁煙を検討しましょう。ニコチンの依存症には禁煙外来の治療効果が大きいと言われています。お近くの禁煙外来については、QRコードからご覧ください。また、症状に気が付いたときは、呼吸器(内)科等の専門医を受診しましょう。

喫煙している方は、ご自身と周りの方のために禁煙を検討しましょう。



【長野県医師会】
禁煙支援医療
機関名簿

<https://www.nagano.med.or.jp/general/project/kinen/>

1年に1回は検診を受けましょう!

肺に自覚症状がなくても、一年に一回は検診を受けて、自分の身体の状態を知ることが大切です。小諸市では、下記の2種類の胸部レントゲン検診を実施しています。どちらか一つを選択し受診することができますので、まだ申込みがお済みでない方は、健康づくり課(☎25-1880)へご連絡ください。

胸部レントゲン検診

▶検査種類

- ①レントゲン検診—検診車にて間接撮影
- ②喀痰検査—3日間の痰をとり、肺がん細胞がまじっていないか調べる。

▶対象者 40歳以上の市民

▶検診料金 無料

▶検診期間 8/17(木)～31(木) ※土日除く

▶受診方法 申込みをされた方に検診票を郵送します。検診票をお持ちになり、直接各会場へお越しください。
※65～80歳の方には、受診票を送付します。

らせんCT検診

検診車で胸部をらせん状に撮影するCT検査です。

▶対象者 40歳以上の市民

▶検診料金 4,000円

※今年度、40・50・60歳の方は3,000円

▶検診期間 7/5(水)、8/15(火)、9/11(月)、10/25(水)
1/9(火)、2/9(金)、2/13(火)

▶受診方法 申込みをされた方に検診票を郵送します。検診票をお持ちになり、直接会場(市役所)へお越しください。決められた日時で、都合が悪い場合はご連絡ください。