

お子さんの長引く咳について・・・

～それってぜんそく???～



神蘭 慎太郎 先生

博士(医学)
日本小児科学会専門医・指導医
日本アレルギー学会専門医
エビペン、スギ・ダニ舌下錠処方資格医

かみぞのキッズクリニック
所> 大道町4丁目5-27 第5ブングヤビル2F
(旧阿南小児科医院)
☎(097)529-8833
http://kamizono-kids.com/

運動会のシーズンが到来しました。が、ちょっと待って!これからの季節に多くなる“ぜんそく”について、小児アレルギー専門医がやさしく解説いたします。

Q うちの子は、保育園に通ってるんですが、しょっちゅう風邪をひいて、そのあと出された薬を飲ませてもなかなか咳が止まりません。もしかしてぜんそくですか？

A 風邪をきっかけに長引く咳をし始めることが多いのですが、4人中1人のお子さんは2週間たつても咳がのこる、といわれています。年間平均3〜5回程度風邪をひくと考えますと、ぜんそくのお子さんでなくても長引く咳はありえます。ただし、息苦しい症状がみられる、ゼーゼーを繰り返している場合はぜんそく発作がでている可能性もありますので、出されたお薬をしっかり飲ませて、出されたり長引く場合は、一度きちんと診てくれるクリニックを受診をお勧めいたします。

Q ではこれからの時期から増えてくる“気管支ぜんそく”について、教えてください。ぜんそく発作の症状はなんでしょうか？

A ぜんそくの診断は、診察やこれまでの症状、検査結果にもとづいて、教えることができます。ぜんそく発作の症状はなんですか？

診断されます。特徴的な症状は、息をするときにゼーゼーいう(ぜんめい)、息を吐く時間が長くなる(呼吸延長)、などが反復することなのですが、軽い場合は咳だけのことがあります。

Q どういう子がぜんそくになりやすいのでしょうか？

A アトピー性皮膚炎や食物アレルギーのある子、家族にぜんそくの子がいる子、ダニに感作されている子がぜんそくになりやすいといわれています。ぜんそくになりやすい子が、かぜをひく、運動会やマラソンなどの激しい運動中にほりを吸い込んだり冷たい空気にさらされる、たばこの煙、台風や前線通過などの天候の変化、ダニ、ペット、大気汚染物質などにさらされると、ぜんそく発作を起こすきっかけになります。

Q ぜんそくの検査について教えてください。

A ぜんそく以外の病気が隠れていないか、レントゲン検査を行います。ダニなどに対するアレルギー検査を行います。採血や皮膚テストでアレルギー検査を行います。気道が細くなっているか調べ、ために、小学校高学年以上の可能なお子さんであれば呼吸機能検査を行います。

Q ぜんそくのお薬ですが、漫然とだらだらと飲みつづけているのですが、いったいいつまで使えばいいのでしょうか？

A 気管支ぜんそくのお子さんでは、空気中のダニやハウスダストに反応する体質なので、いつも気管支の壁はむくんでいます。吸入ステロイド療法などの有効な予防薬投与が行われているケースでは、気管支のむくみや炎症がとれます。そのことを簡単な問診で把握するために開発された質問紙(ぜんそくコントロールテスト、J-PAC、表1)を利用してぜんそくのコントロール状態を毎月把握します。J-PACスコア15点満点を3か月連続でつづければ、現在使用している予防薬の減量・中止を考慮します。最近では、気道のむくみや炎症を数値で見ることのできる“呼吸二酸化窒素(No)検査”(図)ができる施設もあり、ぜんそくの診断・管理は格段に進化してきています。

表1

項目	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. 咳の頻度	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
2. 咳の長さ	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
3. 咳の強さ	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
4. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
5. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
6. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
7. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
8. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
9. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
10. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
11. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
12. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
13. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
14. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日
15. 咳の時間帯	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日	毎日

Q 呼吸No検査について教えてください。

A ぜんそく以外で呼吸Noが上昇している病気がないので、呼吸Noが上昇していれば、ぜんそくと診断できます。また検査時点の気道のむくみぐあいがNo濃度という数字で表れるので、ぜんそく予防薬の効果判

断できます。また検査時点の気道のむくみぐあいがNo濃度という数字で表れるので、ぜんそく予防薬の効果判

定や開始・増量・減量・中止の判断材料となります。マイクを通して測定器に6秒間息を吹きこむだけで検査ができ、苦しくない優しい肺の検査といわれています。吹きこむ状況がアニメーションでモニターに出てくるので、ゲーム感覚で行えます。5歳くらいから検査可能です。これからのぜんそく診断と管理に大きく寄与するものと期待されています。

Q 最後にぜんそくに苦しんでおられるお子さんや保護者の皆様にメッセージをお願いします。

A ぜんそく治療の目標は、ぜんそく発作がない状態をずっと維持すること、スポーツや日常生活が普通にできること、最終的には予防薬がなくてもぜんそくのでない体になることです。咳している時だけ咳止めテープをはるとか、夜間早朝、発作が出たときだけ吸入しに救急病院にかけこむような“その場限りの治療”では、お子さんだけでなく、保護者の皆様方にとっても大きな負担になります。ぜんそくは、病気のことを理解して、きちんと予防薬を使って上手にコントロールしてゆけば、比較的早期にぜんそくでない体にもってゆけます。信頼できるホームドクターとともに、ぜんそくをコントロールするためにあきらめずに頑張らしましょう。

