



ケンズグループの最新情報を届けます。



# ケンズニュース



107号

1・2  
月号

\*隔月発行



長引き、漫然と市販のかぜ薬を飲んで過ごしている方はいないでしようか? 長引く咳の原因はかぜだけではありません。

肺や気管支に何らかの異物が入った時に、これを排除しようとする**生体防御機構**が咳嗽(がいそう)反射、いわゆる咳です。健康であっても生体防御反応として出る咳もあれば、何らかの病気が原因で咳が長引くこともあります。

痰がからむ咳を**湿性咳嗽**(しつせいかいそう)、痰のからまない咳を**乾性咳嗽**(かんせいがいそう)といいます。湿性咳嗽は気道からの分泌物の増加が原因です。乾性咳嗽は気管支の収縮や、刺激で咳が出やすくなることが原因です。また、咳嗽は持続期間によって急性、遷延性、および慢性に分類できます。発症して3週間未満の咳を**急性咳嗽**、3週間以上8週間未満を**遷延性咳嗽**(せんえんせいがいそう)、8週間以上続く咳を**慢性咳嗽**といいます。急性咳嗽の原因是急性上気道炎と感染後咳嗽(かぜの回復期)であることが最も多く、2~3週間以内に治まります。なかなか咳が治まらないとき(遷延性・慢性咳嗽)は他の原因を考える必要があります。

痰がからむ咳を**湿性咳嗽**(しつせいかいそう)、痰のからまない咳を**乾性咳嗽**(かんせいがいそう)といいます。湿性咳嗽は気道からの分泌物の増加が原因です。乾性咳嗽は気管支の収縮や、刺激で咳が出やすくなることが原因です。また、咳嗽は持続期間によって急性、遷延性、および慢性に分類できます。発症して3週間未満の咳を**急性咳嗽**、3週間以上8週間未満を**遷延性咳嗽**(せんえんせいがいそう)、8週間以上続く咳を**慢性咳嗽**といいます。急性咳嗽の原因是急性上気道炎と感染後咳嗽(かぜの回復期)であることが最も多く、2~3週間以内に治まります。なかなか咳が治まらないとき(遷延性・慢性咳嗽)は他の原因を考える必要があります。

かぜをひきやすいこの季節に咳が長引き、漫然と市販のかぜ薬を飲んで過ごしている方はいないでしようか? 長引く咳の原因はかぜだけではありません。

肺や気管支に何らかの異物が入った時に、これを排除しようとする**生体防御機構**が咳嗽(がいそう)反射、いわゆる咳です。健康であっても生体防御反応として出る咳もあれば、何らかの病気が原因で咳が長引くこともあります。

## 気管支喘息

夜間から明け方に症状が出やすく、咳嗽の他、呼吸の際に喘鳴が聞こえ、呼吸が困難になります。アレルギー体质の方に多く、気道が慢性的に炎症を起こし過敏になるため、気道が収縮し症状が出現します。気管支喘息の治療は重症度に応じて行われ、発作止めの薬だけでなく、発作予防の薬を継続することが大切です。

## 胃食道逆流症

逆流性食道炎とよばれることもあります。胃液や消化途中の食べ物が食道に逆流して炎症を起こす病気ですが、逆流の刺激で咳が出ることがあります。プロトンポンプ阻害薬(PP-1)を内服することで症状は治まります。

個人展示の作品も作って頂きました。掛け軸にも挑戦され、立派な竜や虎、滝などの大作をコツコツときれいに水彩にて作られています。刺し子やキルトなどの手芸品は額に入れて展示させて頂きました。

ご家族の方も大勢お越し頂き、利用者の皆様もとてもうれしそうにお話されながら、作品もじっくりとご覧頂きました。

## 新年のお慶びを 甲子年 幸せます

みなとみらいケンズクリニック院長



## 文化祭を終えて

11月23日から一週間、「ディヤながわ・癒しの樹」では文化祭を開催いたしました。

今回の全員参加のプログラムは新聞紙を使つた「もみじといちょう」と「アドウ」の貼り絵です。新聞紙にはたくさんの色があることに皆様とてもビックリされ、色選びにも真剣に取り組まれていました。

同じ題材でもそれぞれ個性のある貼り絵に仕上りました。新聞紙を細かくちぎつては貼るという細かい作業をもくもくとされ、出来上がりはとても素晴らしいものになりました。



**咳喘息** 気管支喘息とは異なり喘鳴を伴わず、夜間や明け方に**乾性咳嗽**のみが持続します。たばこの煙や香水のようになど刺激によって誘発されます。かぜをひき、気道に炎症が起きたのをきっかけに咳喘息を発症することが多く、治療は気管支拡張薬や吸入ステロイド薬を使用します。

感染症 感染症で咳が長引くものに、マイコプラズマ感染症、百日咳、肺炎病毒感染症、肺結核などがあります。いずれの感染症も病原体に応じた抗菌薬で治療します。

咳嗽の原因は様々で、原因に応じた治療をすることが基本です。長引く咳に対し、かぜを繰り返していくだけだろうと決めつけずに、かかるだけだろうと決めておらず、かかりつけ医に相談することをおすすめします。



「ディヤながわ・癒しの樹」管理者 楠純子

