

# 清須の息吹

K I Y O S U N O I B U K I

2

2019  
Vol.32

はるひ呼吸器病院 外来診察担当表

●…内科 ●…呼吸器内科 ●…消化器内科 ●…循環器内科 ●…呼吸器外科

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前	外来診察時間 9:00～12:00 (受付8:30～11:30)	第1 診察室	小橋 ●	齊藤 ●	小橋 ●	齊藤 ●	直海 ●●	齊藤 ●
		第2 診察室	佐々木 ●	櫻井 ●	米田 ● 【予約制】	櫻井 ●	-	小橋 ●
		第3 診察室	加藤 ●	小佐野 ●	佐野 ●	佐々木 ●	小佐野 ●	直海 ●●
		第4 診察室	-	岩村 ●	-	岩村 ●	岩村 ●	-
専門 外来	禁煙外来	毎週水曜 午前 米田 (呼吸器内科) ※予約制 (初回のみ予約不要)						
	セカンドオピニオン外来	第2木曜 午後 齊藤 (呼吸器内科) ※予約制						

※はるひ呼吸器病院では、救急対応を行っております。

休診日：日曜・祝日

急な発熱・喘息発作等の内科的疾患は、24時間対応させていただきます。

須ヶ口クリニック 外来診察担当表

●…呼吸器内科

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	外来診察時間 9:00～12:00 (受付8:30～11:30)	米田 ●	米田 ●	齊藤 ●	米田 ●	齊藤 ●	休診
		齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	
夕方	17:00～19:30 (受付17:00～19:00)	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	齊藤 ●	

休診日：土曜・日曜・祝日

外来診察のお知らせ

- 2月21日(木) はるひ呼吸器病院 呼吸器内科 櫻井 休診

呼吸ケア教室 (患者さま向け勉強会)

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
開催時間 15:00～15:15	テーマ	日常生活の工夫	疾患について	吸入薬について	運動療法 (リハビリ)	栄養療法 (食事の工夫)
	講師	看護師	医師	薬剤師	理学療法士	管理栄養士

呼吸ケア管理室が、平日に毎日「呼吸ケア教室」を開催しており、呼吸に関連したテーマを中心に、情報提供を行っています。テーマに合わせ専門の職員がご質問に対応いたします。どなたでも参加できます。直接、多目的室(1F売店横)にお越しください。みなさまのご参加お待ちしております♪

無料送迎車時刻表

西春駅 西口 発	はるひ呼吸器病院 発
8:20 発	9:40 発
9:20 発	10:05 発
9:50 発	10:30 発
10:15 発	10:55 発
10:40 発	12:05 発
11:05 発	

須ヶ口駅 南口 発 (須ヶ口クリニック 経由)	はるひ呼吸器病院 発
8:47 (8:50) 発	11:25 発

○ 内は須ヶ口クリニック出発時刻

平日(土日、祝日除く)に「はるひ呼吸器病院」の白のワゴン車で無料送迎を行っています。

送迎車乗り場

はるひ呼吸器病院 前：  
正面玄関 売店前タクシー乗り場  
須ヶ口クリニック 前：  
正面 敷地内駐車場  
西春駅：  
名鉄西春駅 西口 ロータリー内  
須ヶ口駅：  
名鉄須ヶ口駅 南側 ロータリー内

※交通事情により、発着の遅延、乗降場所の変更等がある場合があります。※やむをえず、予告なく運休になる場合がありますのでご了承ください。

面会時間

平日	2A・3A病棟	13:00～20:00
	3B病棟	15:00～20:00
土曜・日曜・祝日		13:00～20:00

※患者さまの症状により、面会時間を調整させていただく場合がございますのでご了承ください。

Facebookページは  
こちらから>>>  
“いいね!”お待ちしております♪



医療法人清須呼吸器疾患研究会

はるひ呼吸器病院

〒452-0962 愛知県清須市春日流8番地1  
電話番号:052-400-7111 FAX:052-400-7133

須ヶ口クリニック

〒452-0905 愛知県清須市須ヶ口2332番地2  
電話番号:052-400-5281 FAX:052-400-7097

特集

第3回慢性閉塞性肺疾患





# 病気の話 慢性閉塞性肺疾患 (COPD)

まんせいへいそくせいはいしっかん

第3回

3部にわたって、「COPD」についてのお話を掲載しています。第3部では、治療と予後についてお話しします。

## COPDの管理目標

壊れてしまった肺を修復する根本的な治療は現在のところありません。COPDの治療としては、症状に応じて薬物療法や運動療法などの総合的な治療（呼吸リハビリテーション）を継続的に実践します。

### 「COPDの管理目標」

- ① 症状と生活の質 (QOL) を改善する
- ② 運動能力や身体能力を向上させる、または維持する
- ③ 増悪を予防する
- ④ 疾患の進行を抑制する
- ⑤ 全身併存症や肺合併症を予防する
- ⑥ 寿命を延長する

## 治療

### 1 禁煙

喫煙を続けると呼吸機能の悪化が加速します。COPDに対する最も重要な治療は、禁煙です。気流の閉塞が軽度から中程度のときに禁煙することで、多くの場合は、咳の回数や痰の量も減少し、息切れが現れるのが遅くなります。

### 2 薬物療法

治療の中心は気管支拡張薬です。気管支拡張薬には、貼付薬や内服薬もありますが、主に気管支のみに作用し全身的な副作用が起こりにくい吸入薬をよく使います。この薬を使って気道を広げると空気の通りが良くなり、呼吸困難が軽減します。気管支拡張薬には、『β2刺激薬』『抗コリン薬』『テオフィリン』の3種類があります。これらを重症度に合わせて併用します。

- ・β2刺激薬(オーキシス®、オンブレス®など)：気管支を拡張し、呼吸困難を和らげます。
- ・抗コリン薬(スピリーバ®、シープリ®など)：気道の収縮を予防し、呼吸を楽にします。
- ・テオフィリン(テオロング®など)：ゆっくり溶ける作用時間が長い薬で、気管支を広げます。

### 3 増悪期

感染や大気汚染などがきっかけとなり、COPDが増悪することがあります。その場合は入院して抗菌薬や気管支拡張薬、ステロイド薬などの投与が必要になります。また、低酸素血症を認める場合は酸素療法が適応され、さらに高二氧化碳血症や呼吸性アシドーシスを認める場合は、換気補助療法(マスク人工呼吸器など)が行われます。極度に重症な方は、手術による治療や肺移植を行うこともあります。

### 4 呼吸リハビリテーション

COPDが進行すると呼吸困難の症状から動くことがおっくうになり、運動不足になって運動機能が低下し、呼吸困難がさらに悪化する、生活の質(QOL)が低下するという悪循環になりがちです。このような状態を改善するためには薬物療法に加えて、運動療法(ウォーキングなどの軽い運動や腹式呼吸など)や栄養療法、日常生活の管理など総合的に行うことが重要です。

### 5 日常生活の注意点

風邪やインフルエンザをきっかけとして急に悪化することがあります。人混みを極力避け、帰宅後は「うがい」「手洗い」を習慣付けましょう。また、インフルエンザの予防接種や肺炎球菌ワクチンなどの接種が勧められています。

## 予後

気流の閉塞が軽いうちに禁煙すれば、COPD自体は一般に死を招いたり、重度の症状を引き起こしたりすることはありません。しかし、禁煙を止めないとほぼ確実に症状は悪化します。COPDは肺の病気ですが、肺ばかりでなく、虚血性心疾患や骨粗しょう症、糖尿病など全身にさまざまな病気を引き起こします。COPDの患者さんは、食事の時も呼吸がつかなくなるので、食事摂取量も減ってしまいます。呼吸困難の症状から、身体をさらに動かさなくなり、すると食欲もさらになくなります。肺がうまく換気できずに呼吸筋の仕事量も増加し、身体を動かさないことにより、筋肉も萎縮してしまい、さらに痩せていくという悪循環につながります。

COPDの終末期ではQOLの低下、低栄養の進行、睡眠障害、うつ症状、せん妄状態などが見られます。呼吸困難が強い場合は緩和的なオピオイド(麻薬)の投与なども検討されます。末期状態で急性増悪すると人工呼吸器をつけ、亡くなるまで呼吸器が外れない可能性もあります。症状が安定している時期に患者自身が医師や家族などとよく話し合っておくことが必要です。

※次月号：「間質性肺炎(IP)」の概要と疫学について掲載します。ぜひご覧ください。



## 診療実績

疾患別外来数		疾患別入院数		内視鏡検査数	
1	気管支喘息	673名	1	肺がん	1000件
2	睡眠時無呼吸症候群	183名	2	睡眠時無呼吸症候群	162件
3	高血圧症	169名	3	急性肺炎	59件
4	咳喘息	122名	4	マイコプラズマ肺炎	557件
5	慢性閉塞性肺疾患	109名	5	間質性肺炎	106名
6	胸部異常陰影	82名	6	気管支喘息発作	98名
7	急性肺炎	79名	7	慢性呼吸不全	95名
8	2型糖尿病	71名	8	誤嚥性肺炎	80名
9	慢性気管支炎	59名	9	気胸	69名
10	マイコプラズマ肺炎	53名	9	慢性閉塞性肺疾患	69名

(2018年12月現在) (2016年5月～2018年12月) (2016年5月～2018年12月)



## 全職員を対象に感染対策講習会「インフルエンザについて」を開催しました

2019年1月18日に感染対策講習会を行いました。今回は、「インフルエンザについて」をテーマに、全職員を対象に講習を行いました。

インフルエンザは全国的に警告レベルに達しています。国立感染症研究所が発表した定点調査で、医療機関あたりの患者報告数は、都道府県別で愛知県が全国最多となっています。当院でも、感染拡大防止のため入院患者さまの面会を制限させていただいており、みなさまにご協力をお願いしている状況です。

現在流行しているインフルエンザへの治療薬は、それぞれの効果に特徴があります。薬の効果を理解して治療を行うことが有効な治療へと繋がります。また、インフルエンザは、通常のいわゆる「インフルエンザ」だけでなく、突然変異するとパンデミックインフルエンザウイルスの「鳥インフルエンザ」「新型インフルエンザ」として流行する場合があります。

今回の講習では、治療方法、予防、疫学等を含め総合的にインフルエンザを学ぶ機会となりました。

インフルエンザは、感染力が高く恐ろしい病気です。高熱が出た際は、はるひ呼吸器病院をお尋ねください。365日24時間救急外来を行っています。



## 栄養満点！巣ごもり卵

### 今月の一品

#### 材料 (1人分)

- 卵 1個
- 豚挽き肉 20g
- チンゲン菜 1株
- 赤パプリカ 1/4個
- 黄パプリカ 1/4個
- サラダ油 少々
- 塩・こしょう しょうゆ 適量

#### 作り方

- ① 野菜は炒め物用のサイズに切る
- ② 蒸し器を沸かす
- ③ フライパンで肉を炒め、①の野菜を加えて味を付ける(通常の炒め物より少し濃い目に味付ける)
- ④ 耐熱の皿に③を盛り付け、中央に少しくぼみをつくり、卵を割り入れる
- ⑤ 蒸し器が沸騰したら、④を入れて中火で1分30秒～3分蒸す(お好みの固さに)

### ポイント

好きな野菜・好きな味付けでいろんなバリエーションが可能。彩りをよくすると栄養バランス良くなります！また、上手くできれば、蒸し器を使わずフライパンの中で作ることもできます。

### 豆知識

三大栄養素の一つでもある、たんぱく質。たんぱく質は、筋肉や骨、髪、皮膚などのもとなるため、私たちの体には必要不可欠な栄養素です。卵には、良質のたんぱく質やカルシウム、鉄分など、私たちの健康を維持するために必要な栄養素が豊富です。また、人の体内で作ることができない8種類の必須アミノ酸をバランス良く含んでいる、栄養師の高い食品といえます。卵に足りないビタミンCや食物繊維は、野菜と組み合わせることで食べましょう。

