

健康 ぷらざ

長引いたらご注意 —がんこな咳に気をつけましょう—

企画：
日本医師会

No.186

指導：東邦大学医学部呼吸器内科 教授

中田 紘一郎

がんこな咳が続いたら…

咳は気道が刺激されたときに起こる反射で、ごくありふれた症状です。長引くと体力を奪いますし、重大な病気のサインのこともありますから、注意が必要です。

がんこな咳はカゼかもしれませんし、もしかすると気管支ぜん息、肺炎、気管支拡張症、COPD（慢性閉塞性肺疾患）、肺線維症、肺結核、肺がん、肺水腫などの病気に関係している可能性もあります。咳が2週間以上続くようだったら、ぜひかかりつけ医の診察を受けましょう。



咳が出たときの状態を チェックしましょう

咳には痰が出ないか、出ても少ない「乾性」のものと、痰を伴う「湿性」のものがあり、原因となる病気の違いに関係しています。たとえば気管支ぜん息では夜間から早朝にかけて咳込み、ゼイゼイし、喉にからみつくようなネバネバした透明な痰が出ますが、肺線維症では乾いた咳が続き、歩くと息切れがするなどの特徴があります。

咳が出たときの様子をチェックするポイントは下のとおりです。詳しくメモして、かかりつけ医に知らせるようにしてください。重大な病気がひそんでいる場合には診断の大切なヒントになります。

咳が出たときのチェックポイント

- ①痰が出る咳か、出ない咳か
- ②痰が出る場合、色はどうか（白色、黄色、血痰）
- ③発熱や膿のような痰を伴うか
- ④ゼイゼイしたり、息切れしたりするか
- ⑤胸の痛みがあるか
- ⑥症状は急に出たか、それとも慢性か
- ⑦膠原病などの慢性の病気はないか
- ⑧症状が出た季節はいつか
- ⑨咳がよく出る時間帯はいつごろか

◆待合室等に掲示し、患者さんにお見せください。