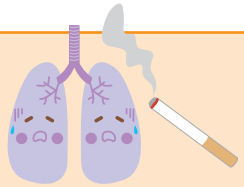
健康コラム

慢性閉塞性肺疾患(COPD)を知ろう ～本当に怖いタバコの害～



皆さんはCOPDという言葉を聞いたことがありますか？

COPDとはChronic Obstructive Pulmonary Diseaseの略で、日本語では慢性閉塞性肺疾患と言います。慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれている病気の総称です。

原因は主に喫煙です。タバコ煙を主とする有害物質を長期に吸入曝露することで肺が炎症を起こすことで発症します。喫煙習慣を背景に中高年に発症する生活習慣病でもあります。

閉塞性、というとのどにお餅や何かが詰まって窒息するようなイメージを持ってしまいますよね？　そうではありません。閉塞してしまうのはのどではなく、肺の中にある細い「気管支」やガス交換を行っている「肺胞」の部分です。

タバコの煙を吸入することで肺の中の気管支に炎症が起きて、咳や痰が出ます。気管支が細くなることによって空気の流れが低下します。また、気管支が枝分かれした奥にあるぶどうの房状の小さな袋である肺胞が破壊されます。肺胞の破壊が進むと酸素の取り込みや二酸化炭素を排出する機能が低下します。一度起きてしまうと治療によっても元に戻ることはありません。

症状は「慢性的な咳や痰」と、歩行時や階段昇降など身体を動かした時に息切れを感じる「労作時呼吸困難」が特徴的です。発作的な呼吸困難など気管支喘息のような症状を合併する場合もあります。

喫煙者の15～ 20%がCOPDを発症するとされ、日本人における頻度は40歳以上の人口の8.6%、約530万人の患者が存在すると推定されています。厚生労働省の統計によると2021年のCOPDによる死亡者数は16,384人でした。死亡原因の9位、男性では7位を占めています。

しかし実際は大多数の方がCOPDと診断されておらず、未治療の状態であると考えられます。これはどうしてでしょうか？

実は軽症のCOPDの方の多くが「タバコのせいで咳や痰が出ているだけ」と思っており、深刻な疾患になっているとは気づかず、医療機関を受診していないからです。

また「階段で息切れがするのは運動不足のため」と思い込んでいて、重症な呼吸困難になるまで放置しているケースも多く認められます。

数年前、有名な芸人さんが新型コロナウイルス肺炎で亡くなった、というニュースがありました。日本の最高レベルの医療をもってしても新型コロナウイルスによる肺炎を救命できなかったことにショックを受けた方も多かったでしょう。実は救命できなかった理由の一つは、その方がCOPDを合併していたためと考えられています。亡くなる数年前から禁煙をしていましたが、それまで40年以上ヘビースモーカーだったため、COPDに至っていたのです。

重篤なCOPDの状態ではガス交換をする肺胞の多くの部分が壊れているため、高濃度の酸素を投与しても体の中に酸素が溶け込んでいくことができず、排出するべき二酸化炭素が身体にたまってしまいます。ごく簡単に言うとCOPDは「肺の余力がない」状態なのです。

ガス交換ができるわずかに残った部分に肺炎が起きてしまうと、健康な方が肺炎になるよりずっと重篤な状態となり、救命が困難となります。新型コロナウイルスだけではなく、他の原因による肺炎でも同様のことが起きるため、COPDを合併していた方が感染を契機に急に亡くなってしまうケースは残念ながら多く認められます。私自身、少し前まで元気だったCOPD患者さんが急変し、悲しい思いをしたことが何度もあります。

COPDにならないため、罹患してしまっても悪化させないためには、とにかく禁煙です。一度壊れた肺は元に戻りませんが、これ以上壊れないようにすることはできます。タバコを吸っている方は一日でも早く禁煙をして、自分や周りの人に悲しい思いをさせないようにしていただきたいと心から願っています。

監修：
総合内科専門医
佐藤恵里
（医療法人社団松恵会
けやきトータルクリニック）