

## COPDってどんな病気？

COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは、“慢性気管支炎”と”肺気腫”を合わせた病気で、その最大の原因は**たばこの煙**です。

喫煙者の15~20%が発症する病気で患者数は年々増えており、生活習慣病のひとつになっています。

気管支に炎症が起こることからだの中に酸素を取り込む機能や、二酸化炭素を排出する機能が低下し、息苦しさなどの症状が出ます。

初期は無症状でゆっくりと進行し、治療をしても一度壊れてしまった肺は元には戻りません。



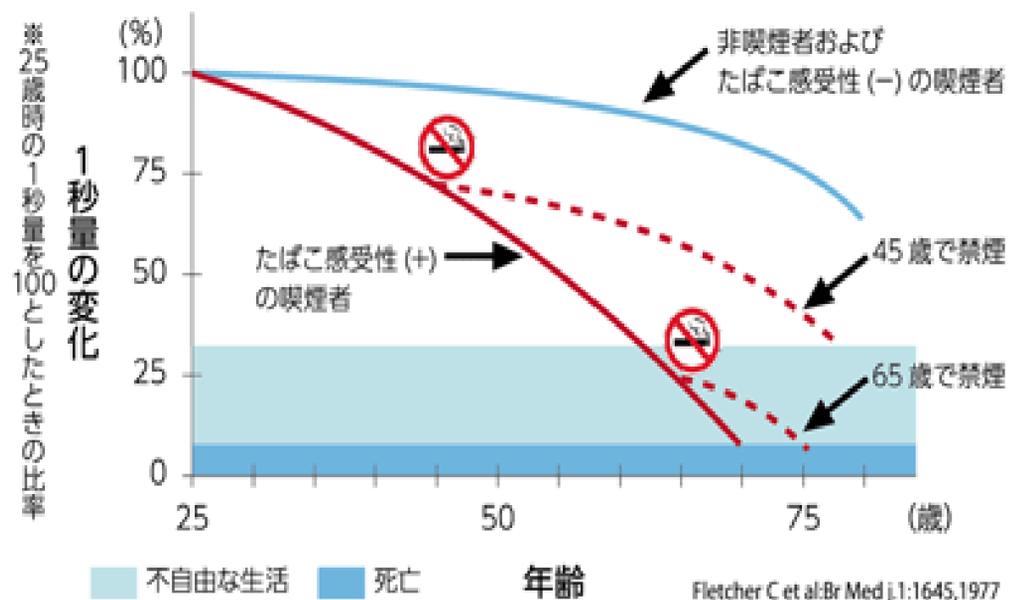
症状：階段の上り下りや歩行時の息切れ  
長引く咳・たん

治療の目標は…

### 症状の軽減と 急激な悪化を防ぐこと！

そのひとつとしてインフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンの接種が有効です

禁煙・喫煙と肺機能との関係



独立行政法人 環境再生保全機構HPより

1秒量：勢いよく息を吐いた時の最初の1秒間に吐いた空気量

### ●治療の基本は**禁煙**

喫煙をやめない限り、COPDはどんどん進行してしまいます。

禁煙の妨げとなる離脱症状(イライラ、不安、眠気、集中力の低下など)は薬物療法(ニコチンを含む薬やニコチンに似た薬)で克服できます。また、口寂しさは行動療法(ガム、飴など)によって代用できます。

禁煙が難しい場合は禁煙外来などを利用しましょう。

### ●薬物療法

治療は基本的に飲み薬ではなく吸入薬を使います。

気管支を広げることで空気を通りやすくする気管支拡張薬(抗コリン薬、β2刺激薬、テオフィリン)や、炎症を抑える吸入ステロイド(増悪を繰り返す場合や進行している場合など)で治療します。

《 薬については裏面をお読みください 》



### ●非薬物療法

呼吸リハビリテーション(口すぼめ呼吸や腹式呼吸など)、在宅酸素療法、外科療法など

## ● COPD治療に使われる吸入薬

種類	吸入回数	薬の名前
抗コリン薬	1日1回	スピリーバ®、シーブリ®、エンクラッセ®
	1日2回	エクリラ®
β2刺激薬	1日1回	オンブレス®
	1日2回	セレベント®、オーキシス®
抗コリン薬 + β2刺激薬	1日1回	ウルティブロ®、スピオルト®、アノーロ®
	1日2回	ビベスピ®
ステロイド + β2刺激薬	1日1回	レルベア®
	1日2回	アドエア®、シムビコート®
ステロイド + 抗コリン薬 + β2刺激薬	1日1回	テリルジー®
	1日2回	ビレーズトリ®

## ● 吸入薬の使い方

### ①薬のセット

吸入器によってセットの仕方は異なります

### ②吸入前の息吐き

きちんと吸入出来るようにしっかり息を吐きましょう

### ③吸入

スピオルト、スピリーバはゆっくり長く吸いましょう  
それ以外の吸入薬は速く深く吸いましょう



### ④吸入後の息止め

苦しくない程度に息を止めましょう

### ⑤うがい

口の中やのどに残った薬を洗い流しましょう



ぶくぶくうがい  
と  
がらがらうがい

**COPDの治療は毎日欠かさずに吸入薬を使用することが大切です**

- ★ 吸入器によって吸入のポイントが異なります
- ★ 吸入手技が難しい場合(うまく吸えない、薬のセットがうまくできないなど)、一部の吸入薬には吸入補助具もあります

詳しくは薬剤師にお尋ねください