

# こどもの病気対策法⑬④

## —気管支喘息—

大分大学客員教授 是松聖悟

気管支喘息とは、かぜをひいた時、埃っぽいところや煙のあるところに行った時、季節の変わり目などに咳がでてゼーゼー、ヒューヒューとした呼吸音が聞こえる病気です。子どもの5・10%にみられます。アレルギー体質を持つているとよりやすいので、ご家族に鼻炎や花粉症の方などがおられる場合は可能性があります。多くの原因は家ダニです。それを吸い続けると、気管支が過敏になり、かぜウイルスなどが入ることになり狭くなり呼吸しづらくなるのです。

家庭での注意点は、定期的な掃除をしてホコリを減らしておくこと、受動喫煙は避けること(換気扇の下や外で吸っているだけでは不十分です)、体力作りをすること、予防接種を行って感染症にかかりにくくすることが挙げられます。

喘息発作が生じた際は、水分をとること、気管支を広げる薬や吸入を行うことが必要です。夜間から朝にかけて悪化しやすいので、ゼーゼー、ヒューヒューをこれまで何度か経験している子どもは、気管支を広げる薬を数日分、取り置きしておくことを勧めます。

また、月に1回でも、軽くてもゼーゼー、ヒューヒューなるお子さんは、普段から気管支にたぐい(慢性炎症)があるとされています。これを放置しておく、将来、どんなに強い治療をしても治らなくなる可能性があります。気管支を広げる薬は良く効く薬ですが、気管支のたぐいを修復する効果はありません。このような頻度で悪くなるお子さんには予防の内服薬や吸入薬をお勧めします。毎日することによって数年後に喘息を克服できる可能性を高められます。主治医の先生に相談されたい。

## 気管支喘息の5つのポイント

- ・ゼーゼー、ヒューヒューとした呼吸音が聞こえる。
- ・子どもの5-10%にみられ、アレルギー体質があるとよりやすい。
- ・家庭での注意点は、定期的な掃除、受動喫煙を避ける、体力作り、予防接種。
- ・発作時は、水分をとり、気管支を広げる薬を使う。
- ・月に1回、軽くても繰り返す場合は、喘息を治すための予防治療が必要。

