

かなえ

第12号(平成24年11月1日)
医療法人社団鼎会 八柱三和クリニック
千葉県松戸市日暮1-16-2 日暮ビル2階 047-312-8830
<http://www.yabashirasawa-clinic.com>



21世紀の森公園: 10月の中旬、秋深い21世紀の森公園を訪れた。落葉にはまだ早いこの時季、そこには、赤や黄の彩かな景色があった。園内、そば店の前の小川では小学生の兄弟が、ザリガニを一生懸命さがしていた。 絵と文:松戸市在住 水彩画家 菅谷功氏

咳(咳嗽)について 内科部長 渡辺聡枝

咳がひどい、長引いている、あるいはいつも長引くといって受診される方がたくさんいます。通常の

咳止めや市販薬では治らないという方も多くなっています。今回は咳の話をしたいと思います。

<咳の診断/治療は時間がかかることも>

咳の出る病気をあげるのは簡単なのですが、診断、治療になると単純ではありません。患者さんも医師も過剰な検査を避けつつ当日に確定診断をして、早く最小限の薬で治したいのは当然です。

しかしながら、長引く咳の治療は、約2週間ずつ薬を使って、その効果や経過によりさらに薬を継続、あるいは変更しつつ確定診断に近づいていく方法(薬を使ってその効果の有無で診断をするので診断的治療といいます。)となることが多く、時間がかかることもしばしばです。

<湿性咳嗽と乾性咳嗽、その原因>

咳には喀痰を出すための湿性咳嗽と痰のない乾性咳嗽(喀痰のない咳)があります。

湿性咳嗽を起こす原因には、感染による咳嗽、副鼻腔気管支症候群、慢性気管支炎などがあり、喀痰検査、胸部レントゲン検査などや、抗菌剤の投与などを検討します。

乾性咳嗽を起こす原因にはアトピー咳嗽、胃食道逆流による咳嗽(胃酸の逆流による)、ある種の血圧の薬による咳嗽、気管支喘息、咳喘息、感染後咳嗽などがあります。

<長引く咳で多いのは？>

この中で、3週間以上長引いているときに多いのは、乾性咳嗽の咳喘息、アトピー咳嗽、感染後咳嗽と湿性咳嗽の副鼻腔気管支症候群です。

今回はこのうち、乾性咳の咳喘息とアトピー咳嗽を中心にお話したいと思います。

<咳喘息、とアトピー咳嗽の特徴>

アトピー咳嗽は、喉のイガイガ感を伴う慢性の乾性咳嗽で、気管支ぜんそくのような喘鳴(ヒューヒューという胸の音)や呼吸困難がなく、感染が誘因になる事も多いこと、夜間〜明け方に多いこと、受動喫煙(他の人の吸ったたばこの煙を吸い込む事)や温度変化、会話(電話)、運動、精神的緊張などで悪化すること、アトピー素因(花粉症、アトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患)が本人や家族にあることが多いこと、症状のでやすい季節があること、などです。痰はあっても少量です。

<咳喘息とアトピー咳嗽の違い>

咳喘息はアトピー咳嗽に似ています。大きな違いは気管支拡張剤が有効かどうかという点です。咳喘息であれば、気管支拡張剤が有効です。そして、アトピー咳嗽は気管支喘息に移行しませんが、咳喘息の30%が気管支喘息に移行するとされ、その予防のために、症状改善後も長期に渡って吸入ステロイド治療を受けて頂くことが勧められています。そのため、アトピー咳嗽と咳喘息のどちらであるか診断するために咳のあるうちに気管支拡張剤の効果を確認することが推奨されています。

<実際の治療>

しかし、治療にあたっては、咳喘息でも、気管支拡張剤単独では治りきらない、あるいは咳が高度の間は効果があはつきりしない、ということもありますし、辛い咳を少しでも早く治したいので、どちらが効くかひとつずつ試すのを待ってられないことも多いです。

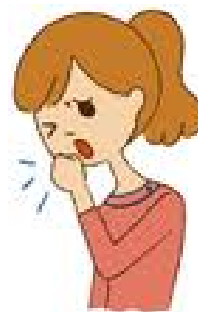
そこで、実際には、どちらの疾患にも効果の期待できる吸入ステロイドや、アトピー咳嗽にも感染後の咳嗽などでも効く抗アレルギー剤(ヒスタミンH1受容体拮抗剤)を優先したり、あるいは気管支拡張剤に追加して処方したりします。(吸入ステロイドと気管支拡張剤の合剤もあります。)正直なところ、重ねて処方すれば、どの薬の効果で治ったかはわからないこともあります。

<治ったら維持療法をするかどうかを検討>

咳喘息の診断基準の第一項は3週間(8週間)以上続く喘鳴を伴わない咳、となっていますが、実際には咳が苦しいと言って来院された患者さんに“3週間咳が続くお待ちましょう”というわけにもいきませんから、症状から疑わしければ早めに咳喘息やアトピー咳嗽に準じた治療をして3週間もかからずに治ってしまう方も多いです。そういう方は専用の薬がなくても治ってしまったかもしれませんし、確定診断でもないうちに、長期に喘息予防の薬を使って頂くということにはなりません。咳の経過や、同様の咳を繰り返しているかどうか、等で維持療法を受けて頂くかどうか、相談していくこととなります。

<終わりに>

咳を起こす病気のうち、一部の話だけでもずいぶん長くなってしまいました。このように、長引く咳の治療は単純ではありません。最初の薬ですぐに治らなくてもあきらめずに数週間にわたって複数回通院しなければならぬこともある、ということもご理解いただければ、と思います。



柚子胡椒の季節

薬剤師 山岡愛美

秋の気配が深まるこの時期の楽しみのひとつは、友人お手製の柚子胡椒です。

毎年、赤唐辛子と青唐辛子のそれぞれでつくる柚子胡椒は、程良い辛さがクセになり、我が家の薬味として大活躍します。

柚子胡椒だけでなく、ジャムや梅酒、塩麴など発酵食品を手作りする彼女は、大の日本酒好き。そのため彼女と会う時は、必ず美味しい日本酒のお店となります。お酒と料理を堪能しながら、今年の柚子胡椒の出来を聴き、互いの近況報告をし合う休日のひとときは、毎年欠かせない秋のお約束事です。

そして、その翌日には湯豆腐の薬味として食し、その感想メールを送り、別の友人たちにおすそわけをし、その感想もまたメールする頃には、冬の寒さ到来です。

冬の寒さに震えながらも、冬だからこそお鍋や汁物、温野菜の薬味として、柚子胡椒の辛さがたまらなく美味しくハマってしまうのです。

この原稿がかなえに載り発行される頃には、きっと今年の柚子胡椒を手に入れているはずです。今年はどうなお味か、楽しみです。



最強のチーム作り

医事課 麿丸かおり

少し前の話題です。

台風近づく晴れ間の中、3年ぶり34回目のリーグ優勝にチームを導いた巨人原監督のインタビューをテレビで見ました。

野球は詳しくない私ですが、その内容について惹きつけられました。

記者の「開幕直後は最下位になったチームを優勝にまで持って行った選手との関わりかたは？」という質問に「このメンバーでこのリーグを戦えることを毎日歓喜に思っているよ。今は苦しい立場になっているけれど、毎日ありがとうという気持ちで前に進んでいこうじゃないか。」と選手たちに伝えたことと答えていらっしゃいました。上に立つ監督の皆を思いやる気持ちこそが、選手にやる気と自信を与えたのだと思います。

有難うは<難が有る>と書くと、難があつてこそその有難うなのだともお話されていました。

どんなチームでも、組織でも、所属するみんなの小さな力を合わせて作っていくものです。お互いに信頼とありがとうという気持ちをわすれずに難を越えて前にすすみたいものです。



編集後記

「かなえ」第12号を発行することが出来ました。ちょうど1年間毎月発行したことになります。記事を書いた職員が患者さんに声をかけていただくなど、親しまれている様子が伝わってきます。菅谷功さんによる挿絵も好評です。待合室に(診察室1番横)原画を展示しています。印刷では出せない原画の色合いや、筆遣いを是非ご覧ください。

昨年の今頃、病床許可申請のための署名を始めました。あっという間に22000名以上の署名が集まりました。おかげさまで50床の許可をいただき、病院計画は進んでいます。「かなえ」の紙面でも発表できる日が近いと思います。

総務: 中野三代子

八柱三和クリニック診療医師担当表

		月	火	水	木	金	土
乳腺外科	午前	渡辺 修	渡辺 修	(手術)	渡辺 修	渡辺 修	渡辺 修
	午後	渡辺 修	渡辺 修		(手術)	渡辺 修	
整形外科	午前					浅野健一郎	早田浩一朗 (2, 4)
	午後	小酒井治 (2, 4)			小林洋平	浅野健一郎	
内科 1	午前	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫	斉藤丈夫
	午後	斉藤丈夫		斉藤丈夫	(在宅)	斉藤丈夫	
内科 2	午前	渡辺聡枝	渡辺聡枝	渡辺聡枝	渡辺聡枝	渡辺聡枝	杉崎良親
	午後		仲野総一郎	渡辺聡枝	渡辺聡枝	(高林克日己)	
内科 3	午前	鈴木明子	鈴木明子	鈴木隆弘	鈴木明子		高林克日己
	午後	鈴木明子	鈴木明子	戴下寛人	鈴木明子	鈴木明子	
胃カメラ	午前	渡辺英二郎		古田良司		鈴木明子	
大腸カメラ	午後	渡辺英二郎		古田良司			

院内で勉強会を行いました。(10月18日)鈴木明子医師による講演の様子です。
内視鏡時の抗血栓薬休薬について、新しいガイドラインと当院での取り決めに、情報共有しました。

