



にこにこニュース

おおいた こども びょういん
大分こども病院
〒870-0943 大分県大分市片島 83-7
http://www.oita-kodomo.jp/

2013・10月号(No.282)
(代表) TEL097-567-0050 (救急) TEL097-567-2311
(Fax) TEL097-568-7057



喘息とは



医師 寺澤 藍子

1. 気管支喘息とは？

気管支喘息は空気の通り道である気管支がアレルギーなどで炎症を起こし過敏になり、何かの刺激で腫れたり痰がでたりして狭くなり呼吸が苦しくなる慢性の病気です。息を吐くのが苦しくなります。

2. 疫学

これまでの調査では、小学校で、現在症状がある人は、3.3～13.1%、中学校で、5.3～11.9%でした。

3. 気管支喘息の症状は？

多くの喘息患者さんは普段は何の症状もなく暮らしていますが何かのきっかけで急に息苦しくなり「ヒューヒュー」、「ゼーゼー」といった音（喘鳴）がでる発作をおこします。発作には自分でもわからないような軽いものから死に至るような重症なものもあり大きな発作を起こしたことがある人は注意が必要です。

初めのうちは、カゼをひいたときに咳が長引いたり、ヒューヒューと呼吸にともなって音が聞こえること（ぜんめい）が多いようです。カゼのたびにこのような症状を繰り返しているうちに、カゼをひいていなくてもぜんめいが聞こえるようになったり、咳が出やすくなったり、運動をすると同じようにぜんめいや咳がでて、苦しくなることがおこるようになります。このような場合はぜん息が疑われます。

4. どんな時に起こりやすい？

主には夜間から朝方の時間帯に悪くなる人が多いです。病院に受診する頃にはよくなっていることも多く、発作時の症状を担当医によく説明してください。

また、風邪をひいたりして体調が悪いとき、煙を吸い込んだとき、季節の変わり目に発作は起こりやすいです。

5. どのような治療をするのですか？

薬による治療はおおまかに発作を起こさせないための薬と発作時に症状を抑える治療の二つがあります。ずっと長期に治療をしなければならぬ人もいれば発作時のみの治療でいい人もいます。まずは、発作時のみの内服薬・貼付薬(気管支をひろげる薬)を使います。それでも発作が強いときには、一時的に気管支の炎症を抑える薬や、継続的に使う吸入の薬(気管支の炎症を抑える、気管支をひろげる)などを使用します。医師と相談して、症状によってどの薬を使うか決めていきましょう。



6. 予防

小児ぜん息の発症予防、悪化予防のための環境因子への対応の具体的なものです。

寝具	防ダニ布団の使用、高密度繊維布団カバーの使用およびこまめな洗濯、日光干し、加熱、乾燥、殺菌ランプによる処理
じゅうたん	使用しないことが望ましい。フローリングに張り替える。ホットカーペットもできる限り使用しない。
ソファ	布製のものは使用しない（革製か合成皮革のものを使用する）
ぬいぐるみ	処分することが望ましいが、情操面から必要な場合には洗濯のできるものを少数にとどめる。
家具	数を減らす。扉をつける。ホコリが溜まらないように家具の後ろに隙間をあけない。掃除のしやすさを考える。家具の上にものを置かない。移動できるようにして家具の裏を掃除しやすくする。
カーテン	ブラインドに替える。洗濯しやすい素材のものにする。
ペット	イヌ、ネコ、ハムスターなど毛の生えたペットは飼わない。
掃除機	フィルター付きで集塵袋も二重になっているものが望ましい
鉢植え	室内におかないようにする
洗濯物	室内に干さない
暖房器具	石油やガスなどの化学物質を発生するものは用いない。
建材	揮発性有機化合物を含有するものはさける
タバコ	受動喫煙をさける。

1) ダニ・カビ対策

チリダニの至適発育条件は室温 25℃前後、相対湿度 75%前後、カビは、温度 25～35℃、相対湿度 70～90%なので、特に湿度の調整がポイントになります。

2) その他のアレルゲン対策

室内アレルゲンで問題になるのが、ペットです。ネコ、イヌ、ハムスターなどの毛のある動物がアレルゲンとなります。

3) 室内の化学汚染物質の対策

建材などから発生する、ホルムアルデヒドや揮発性有機化合物（VOCs）、二酸化窒素などがあります。ホルムアルデヒドは、室内濃度指針がありますができるだけ少ない建材を使用すべきでしょう。二酸化窒素を発生する石油、ガス暖房器は、室外排気型を使用すべきでしょう。



外来受付方法について

平成25年9月1日より順番取りシステムのご利用ができなくなりました。窓口受付機&自動再来受付機での受付となります。

月初めは窓口までお越しください。同月内に保険証確認がお済みの方は自動再来受付機にて受付を行ってください。

自動再来受付機のご利用は新しい診察券でしかできません。古い診察券をお持ちの方は窓口までお越しください。

自動再来受付機のご利用ができる方

- ・同月内に保険証確認がお済みの方

窓口受付にお越しいただく方

- ・月が変わって初めての受診の方
- ・紹介状をお持ちの方
- ・初診の方
- ・新しい診察券をお持ちでない方（平成25年9月以降、初めて受診される方）
- ・診察券をお忘れの方

毎月一度は保険証の提示をお願いいたします。

また、保険証・連絡先の変更がある方はお申し出ください。



☆お知らせ☆

平成25年11月より、肺炎球菌ワクチン「プレベナー7価」が「プレベナー13価」に変わります。それに伴い、対象年齢が2か月～6歳未満に変更になります。



平成25年10月の医師のお休み予定



1	火	久富、大野、中嶋&江崎&伊藤(午後)、佐藤(午前)	11	金	中嶋、石原、桑門、神菌、大野&寺澤(午後)、江崎(午前)	21	月	光武、桑門&寺澤&佐藤(午後)、石井(午前)、
2	水	石井、神菌、中嶋	12	土	石井、石原、大野、桑門、神菌、久富、光武(午後)	22	火	伊藤、大野、光武、久富&石井(午後)、江崎(午前)
3	木	佐藤、石原(午後)、光武(午前)、江崎、寺澤	13	日		23	水	牛嶋、石原、神菌(午前)、久富(午後)、佐藤
4	金	伊藤、大野&石井&牛嶋(午後)、神菌(午前)、	14	月		24	木	久富、大野、桑門、光武、石井(午後)、寺澤(午前)
5	土	寺澤、石原、光武、伊藤、石井、牛嶋、大野、神菌、久富(午後)	15	火	寺澤、石原&桑門&佐藤(午後)、大野、江崎、伊藤、	25	金	江崎、大野、神菌、中嶋、伊藤(午前)、牛嶋(午後)
6	日		16	水	中嶋、大野、神菌&牛嶋(午前)、久富(午後)、石井	26	土	石井、大野、神菌、中嶋、久富、寺澤、牛嶋(午後)
7	月	牛嶋、神菌&佐藤(午前)、中嶋	17	木	久富、石原、大野、石井(午後)、佐藤	27	日	
8	火	江崎、中嶋(午前)、伊藤&佐藤(午後)、石井	18	金	牛嶋、大野、神菌、光武、久富&寺澤(午後)、伊藤(午前)	28	月	佐藤、石原、江崎、伊藤、桑門、久富(午前)、中嶋(午後)
9	水	光武、牛嶋(午後)、佐藤	19	土	佐藤、桑門、神菌、中嶋(午前)、寺澤、牛嶋	29	火	寺澤、石原、江崎、伊藤、光武(午後)、牛嶋
10	木	伊藤、石原&桑門&石井(午後)、大野、寺澤、牛嶋	20	日		30	水	中嶋、石原&佐藤(午後)、神菌&久富(午前)、牛嶋
						31	木	光武、大野、伊藤、佐藤、桑門&寺澤(午後)、石井(午前)

※院長の予定は掲載しておりません。随時お問い合わせ下さい。

※業務の都合により休みが変更になることがあります。ご了承ください。