

「咳」について

沖縄病院 大湾勤子

国立病院機構沖縄病院の呼吸器内科、大湾と申します。

本日は、私どもの病院を受診される理由として、最も頻度が高い症状のひとつであります「咳」について、お話しさせていただきたいと思います。

「咳」は呼吸をする際に、空気の通り道である気道に吸い込まれた異物や、気道内にたまった分泌物を、気道の外へ出す（排出する）ための反射で、からだを守るための生体防御反応です。からだに必要な反射ですが、咳が長く続くと肉体的にも精神的にも苦痛となります。一方、咳反射が低下した場合には、誤嚥（ごえん；つばや食べ物がまちがえて気管にはいること 沖縄の方言で「ゆくぬーでいー」）をおこしやすくなり、肺炎を発症することになります。

この咳反射は強すぎても、弱すぎても困るわけで、困ったときに病院を受診するということになるのです。

咳は持続期間によって、①3週間未満の急性咳嗽、②3週間以上8週間未満の遷延性（長引いた）咳嗽、③8週間以上の慢性咳嗽に分けられます。

① 急性咳嗽

急性咳嗽の原因はさまざまですが、もっとも多い原因は病原微生物が感染して気道の炎症を起こす感染症です。主としてウイルス性の感冒、いわゆる「かぜ」が多いとされていますが、そのほか、マイコプラズマ、肺炎クラミジア、百日咳菌といった細菌による気道感染も多いとされています。厚生労働省の患者調査によりますと、これらの感染症による咳で、病院を受診する外来患者は、人口10万対300人で、糖尿病の2倍、高血圧の0.6倍と言われているからかなり多いことが分かります。感染性の咳は、病原体がなくなっても気道の炎症がおさまるまでは咳が続くため、遷延性咳の原因にもなります。また、感染が引き金になって、気道が過敏な状態となり、喘息を引き起こすことがあります。

② 遷延性咳嗽

3週間以上から8週未満の遷延性咳は、今述べた感染症による咳が多く、特に肺結核は、その代表です。結核を発症する人は年々減ってきていますが、今でも気を付けなければいけない疾患です。

沖縄県の結核は年々減ってきていますが、H27年の結果では214人が登録されており、全国の平均が10万の人口に対して罹患率が14.4人、沖縄県は15.0人と全国平均より少し多いと報告されています。登録患者のうち42%が80歳以上で高齢者に多いということで、まだまだ結核というのは見逃してはいけない病気の一つと言われています。

③ 慢性咳嗽

さて、最も悩ましい慢性の咳ですが、結核などの一部の感染症を除いて大部分は、非感

染性といわれています。わが国では、咳喘息、アトピー咳嗽、副鼻腔気管支症候群が頻度が高く、その他、胃食道逆流症、間質性肺炎、血圧を下げる薬剤なども原因と考えられています。

慢性咳嗽で最も多いと言われている咳喘息は、ゼーゼー、ヒューヒューといった喘鳴や呼吸困難を伴わない、咳だけを症状とする喘息です。夜間から早朝にかけて咳がひどく、季節の変わり目にみられることが多いといわれています。症状が長引くと30-40%が典型的な喘息になってしまうという報告があり、診断されたら早めに、基本的には喘息と同じ治療をします。

咳喘息と似ていますが喘息ではない、アトピー咳嗽は、喘息以外のアレルギー疾患の既往や合併があって、のどのイガイガ感をともなう痰が出ない咳で、寝入りばな、深夜から早朝にかけて咳が出ます。誘因としては、エアコン、たばこの煙、電話などの会話、運動、精神的緊張などさまざまです。治療に反応して咳が収まった場合には、喘息へ移行することはないといわれています。

わが国では慢性咳の原因として3番目に多い副鼻腔・気管支症候群による咳は、慢性副鼻腔炎や喫煙とは関係しない慢性気管支炎を合併している場合にみられます。副鼻腔炎（蓄膿症）による後鼻漏（のどの後ろから鼻汁が流れていく）の刺激や、慢性気管支炎による痰を出そうという反射で起こるとされ、欧米では頻度の高い咳の原因としてまず、あげられている疾患です。

その他に、胃食道逆流症によって咳が続く場合もありますが、胸やけを自覚していることが多く、食後や起床直後、上半身の前屈（前かがみ）時、体重増加によっても悪化するといわれています。胃酸分泌抑制剤が咳を改善させることとなります。

また、血圧降下薬の中にも、薬を飲み始めてあとに咳が続くことがあります。その薬剤は、咳を誘発する物質を分解させない働きをもっており、そのために咳が続くとされています。

その場合には、原因となる薬を中止することで咳は改善されます。一方でこの咳を出しやすくする作用を治療として用いることもあります。最初に、咳反射が少ないことで肺炎をおこしやすくなるというお話をいたしました。特に高齢の方や、誤嚥をしやすい方には、このような薬剤を使用して、咳反射を促し肺炎の予防をする方法もあります。

また、咳が長引いているときに、癌が見つかるということも希ではありません。その場合にはレントゲンを撮って異常がないかどうかを確認する必要があります。レントゲンに異常がない場合でもCTで見つかることがあります。長引いた咳の場合にはこの癌を見つけるということもとても大事なことになります。

今までお話ししましたように、「咳」は頻度の多い症状ですが、その原因もさまざまです。特に3週間以上続く咳の場合には、詳しい検査が必要なこともありますので、その場合には医療機関を受診なさることをおすすめします。