



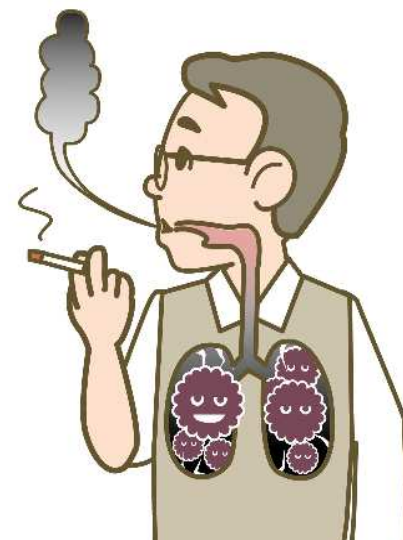
# COPD について



COPD とは、別名「**たばこ病**」と言われる、「慢性閉塞性肺疾患」の英語名の頭文字をとった肺の生活習慣病です。かつては「肺気腫」等とも呼ばれていました。

原因の 90%以上は**喫煙**で、たばこに含まれる有害な物質を日常的に吸い込むことにより、気管支に炎症が起こり、ついには肺胞が破壊されることによって、呼吸がしにくくなります。

現時点では、COPD を根本的に治し、もとの健康的な肺に戻す治療法はありませんが、**早期に発見**し、**適切な治療**を開始することで、症状の改善と将来のリスクを減らすことができます。



## COPDの症状

せきやタンが長引く



呼吸をする時、  
ゼイゼイ、ヒューヒューという



階段の上り下りで息が切れる



ありふれた症状なので、見過ごしてしまいがちです。特に **40 歳以上**で、**喫煙歴のある方**、**受動喫煙の長い方**は、要注意です！  
症状が続くようなら、「年のせい」とせずに、早めに呼吸器科を受診しましょう。



【まずは**禁煙**から】

COPD は、たばこの煙が最大の危険因子です。

**禁煙**は COPD の最大の予防法であり、治療法です。

新型コロナウイルスをはじめとする感染症を患うと、呼吸機能の低下や重症化のリスクが上がります。

たばこをやめたいけど、なかなか難しいと思っている方は、禁煙外来にかかることをお勧めします。

( 厚生連診療所でも禁煙外来を行っております。)



たばこ、やめるぞ~!

ご不明な点や健康に関するご相談がある際には、お気軽にお問い合わせください。



JA熊本厚生連 健康管理センター

施設所長  
栗津 雄一郎

TEL 096 (328) 1256 FAX 096 (328) 1229