

にじいろつうしん

Vol.18



2025年9月発行

文責

にじいろこどもクリニック 院長 相澤知美



少しずつ涼しくなってきました。感染症は、インフルエンザAが例年より早く流行し、一部の学校では学級閉鎖がありました。それと同時に、新型コロナウイルスの流行も認められます。マイコプラズマの流行も続いておりますが、百日咳は減少してきたかなという印象です。

10月からインフルエンザワクチンの接種を開始します。それに伴い、乳児健診の時間帯の変更（午後枠を減らし、午前枠を増やしています）、夕方16～17時はワクチン接種のみの時間帯となります。ご了承下さい。



10

2025

OCTOBER



MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17 17時まで	18	19
20	21	22	23	24 16時まで	25 9時から	26
27	28	29	30	31		

気管支喘息



ぜー
ぜー

気管支喘息は、呼吸をする時の空気の通り道である気道が狭くなり、咳、喘鳴、呼吸困難などの発作を繰り返す病気です。発症時期は乳幼児期が多く、ピークは2～3歳頃です。アレルギー検査をすると、ダニや動物のフケが陽性となる場合もあります。

気管支喘息の人は、症状が無い時でも、気道に**慢性的な炎症**があるので、いろいろな刺激（**感染症、ダニ・ハウスダスト、動物の毛、タバコ、季節の変わり目の気温の変化、激しい運動**等）に過敏な状態にあります（**気道過敏性**）。よって、季節の変わり目である秋は、喘息発作が起こりやすい季節です。

喘息発作を繰り返すと、気道の炎症によってできた傷の修復が繰り返されることになり、次第に気道が固くなったり厚くなったりします（**リモデリング**）。すると、将来的に呼吸の機能が悪くなってしまいます。よって、気管支喘息は**発作予防**が重要です。

発作予防は以下の3つです

- ① **発作を起こす原因を減らす**（アレルギー回避、感染予防等）
- ② **薬物療法**：症状が落ち着くと、自己判断で中止しがちなので注意です！！
 - ・抗アレルギー薬内服（プラナルカスト、モンテルカスト）
 - ・吸入ステロイド ・注射薬（難治性の場合）
- ③ **規則正しい生活**（適度な運動、食事、睡眠など）

発作予防の治療をして、発作が無い状態が続けば、治療をステップダウンし、いずれは中止することができます。無治療で5年発作が無い状態を臨床的な治癒と言います。大人まで持ち越さないためにも、小児期にしっかりと発作予防の治療をしましょう。