

子供の喘息ぜんそく

Q&A

最近の統計によると子どもの約10%が喘息と診断されています。喘息は慢性の病気ですので、いろいろな不安や疑問が出てきますが、正しい知識を身につけて治療を続けましょう。

●風邪と喘息はどう違うの？

喘息は肺の中の気管支が狭くなるために、息を吐く時にヒューヒューと音がするのが特徴です。夜や明け方にせき込み、ヒューヒューして息苦しいことが何回もある場合には喘息を疑います。ただし、乳幼児では風邪や気管支炎でも似たような症状になることがあります。

●薬を長い間

飲んで大丈夫？

発作が起きていない時でも継続して使う薬を『長期管理薬』と呼びます。軽い発作が年に数回だけの人は、このような薬は必要ありません。しかし、軽い発作でも頻

回に起きると気管支の粘膜に変化が起き、正常の状態に戻りにくくなるため、さらに発作が起きやすくなります。そのような状態にならないように、薬を使って発作が起きにくくすることが大切なのです。長期間使うように開発された薬ですから大きな副作用はほとんどありませんので、発作がないからと勝手に薬を止めたりはしないでください。気になることがあれば主治医に相談をしましょう。

●運動をすると

発作がおきます

一昔前までは、運動をすると発作がおきる↓運動しない↓体力や肺機能の低下↓さらに喘息の悪化という悪循環がありました。現代では一部の重症の患者さんを除いて、運動制限はありません。ただし、次のようなことには気をつけましょう。

- ①発作がなくても治療を続ける。
- ②肺機能の回復を確認する。

●予防接種は大丈夫？

- ③運動の直前に予防薬を使う。
- ④運動の前に準備運動をする
- ⑤徐々に運動量を増やす。
- ⑥発作が起きにくい運動を選ぶ。
- ⑦楽しんでスポーツをする。

ワクチンの精製技術が進んで、予防接種によるアレルギー反応は非常にまれなものになりました。以前は安定剤として使われていたゼラチンによるアレルギーが問題となりましたが、現在ではほとんどのワクチンから除かれています。喘息があるというだけで受けられ

ない予防接種はありませんが、強い卵アレルギーがある方はインフルエンザワクチンは避けてください。
(医師会)

