

苦しい気管支ぜんそく 増える成人女性の発症

喫煙・肥満に注意

春先は「三寒四温」といわれるように寒暖の差が激しく、PM2・5も一年の中で多い季節です。ぜんそくやアレルギー性鼻炎を持っている人にはつらい季節です。夜中や明け方などに、息をすると「ゼイゼイ」「ヒューヒュー」という音（喘鳴（ぜんめい））がして、息苦しさを覚えることがあるなら、ぜんそくを疑います。

調査によると、小児の十数%、成人の6～7%がぜんそくを持っており、ぜんそくは、まれな病気ではありません。発症は幼児期と中年以後に多く、10歳までに発症する小児ぜんそくと大人になって発症する成人ぜんそくは、背景や経過が少し異なります。

小児ぜんそくは男の子に多く、ほとんどがアトピーなどのアレルギーをベースに発症します。成長するにつれて6割の患者は改善ないし寛解（かんかい）（症状がなく安定した状態）します。

■ アレルギー要因ないことも

一方、成人のぜんそくの半数は、ストレス、生活習慣や風邪などウイルス感染が絡んでおり、はっきりしたアレルギー要因がないことが多くなります。治療しても寛解に至る人は10%以下と少なくなります。

最近、このタイプのぜんそくが増加しており、10年ごとに1・5倍です。成人のぜんそくは女性に多く、喫煙や肥満はリスク因子で注意が必要です。

40歳男性Aさんは、幼いころ、アトピー性皮膚炎で治療を受けていました。10歳ごろから寒いところに出ただけで鼻水が出るようになり、明け方にせき込むことがありました。30歳半ばに工場が多い地域に引っ越してから、鼻詰まりがひどくなり、夜中に息をすると「ヒューヒュー」と音がして、息苦しくなって目が覚めます。

近くの病院で診察を受け、鼻のレントゲンと、呼吸機能やアレルギー検査を受けました。アレルギーに関する「好酸球」という白血球が異常に増えており、慢性好酸球性副鼻腔（びこう）炎と気管支ぜんそくと診断されました。

気管支ぜんそくは、アレルギーに関する「サイトカイン」（白血球などが分泌し、他の細胞を刺激する物質）が引き起こす細い気管支の慢性炎症です。

「アレルゲン」（アレルギーの原因）や寒気が入ると気管支が収縮し、喘鳴や胸苦しさ、せきなどの症状が出ます。気管支の収縮は可逆的で、ぜんそく発作も治療すれば治まります。

しかし、正しく治療をせず放置すると、炎症が継続し、細い気管支が障害され、治らなくなってしまいます。まれですが、ぜんそくで亡くなることもあります。

■ 難治性には抗体薬

治療は気道の炎症を抑え、正常な呼吸機能を保つことです。アレルゲンやストレスなど原因があれば、取り除きます。次に「ステロイド」（アレルギー反応や炎症を抑制）や気管支拡張剤（気管支の収縮を抑制）などが入った吸入薬を定期的に吸入します。症状に応じ、ぜんそく発作を起こさないように薬の種類や吸入回数、内服薬を調整します。

大切なことは症状がないと、つい吸入を忘れがちですが、症状がなくても定期的に吸入して炎症を抑え込むことです。

Aさんのように好酸球が異常に増加している人はステロイドなどの吸入では治療が難しく、難治性になる場合があります。難治性ぜんそくでは、ぜんそくの発症に関するサイトカインを抑える抗体薬を用います。好酸球が増えており、「鼻茸（はなたけ）」（鼻詰まりの原因で、鼻腔の炎症性腫瘍）を伴うアレルギー性ぜんそくには抗体薬が良く効きます。