

咳が3週間以上続く方へ

あなたの健康室 健心相談

Q

季節の変わり目や風邪を引いた後、咳が長く続き困っています。今後、どう対策すればよいでしょうか？

A

季節の変わり目や風邪のあと、咳が長く続くことがあります。胸部レントゲンで異常がない3週間以上続く咳の原因として、気管支喘息・咳喘息（以下、喘息）、胃食道逆流症、アレルギー性鼻炎、慢性副鼻腔炎、感染後の遷延性咳嗽、アトピー咳嗽、喉頭アレルギーなどが考えられます。なかでも喘息は最も多い原因とされ、診断が難しいことがあります。



●一酸化窒素呼気分析装置

の狭窄が起こる病気で、炎症が続くと一酸化窒素（NO）が多く生産され、呼気中のNO濃度が上昇します。近年、呼気NO検査が開発され、非侵襲的に炎症の状態を把握できるようになりました。これにより、喘息の診断や炎症の程度に応じた治療がしや

すくなっています。気道の炎症を抑えるために吸入ステロイドを使用すると、呼気NOが減少し、症状も改善していきます。ただし、症状が落ち着いたからといって自己判断で中断すると、再発を繰り返すし、気道が厚く硬くなる（リモデリング）ことで慢性的に狭くなり、重症化することがあります。

そのため、症状がなくなっても一定期間（1年）の治療継続が推奨されます。咳の原因は複数重なっていることも多いため、適切な診断が大切です。症状だけで判断するのではなく、検査を活用した診断が必要な場合もあります。長引く咳でお困りの際は、専門医への相談をおすすめします。

異変を感じたら
早めに医療機関を
受診しましょう



北村内科クリニック
院長 北村 秀綱

神戸大学医学博士。日本循環器学会認定 循環器専門医。神戸大学医学部を卒業後、神戸大学病院や民間病院で20年以上多数の心臓ペースメーカーやカテーテル手術をはじめ、生活習慣病や人工透析にも携わる。2017年より北村内科クリニックを開設し、現在は、専門分野である循環器・呼吸器疾患を中心に、美容医療も手掛け、地域のかかりつけ医として幅広い年齢の患者さまを診療する。