



# たばこと肺気腫

問い合わせ 保健介護課 ☎2141

医師会、歯科医師会、薬剤師会の先生の健康についてのいろいろなお話を、3回シリーズで紹介しています。最終回となる今回は、医師会の渡辺健一郎さんが、たばこと肺気腫について紹介します。

医師会 渡辺 健一郎 さん

## 肺気腫は治すことができません

肺気腫は喫煙のため、気管支の端の肺胞というところが壊れてしまう病気です。肺胞は、血液に酸素を送ったり、二酸化炭素を受け取ったりしているところです。ここが壊れてしまうと、呼吸をしても十分に体に酸素を取り込むことができなくなっ てきます。また壊れてしまった結果、吸った息がしっかり吐ききれなくなり、肺がパンパンに張ってきます。こうなると胸は圧迫感が出てきて、呼吸困難感がさらに強くなります。食事をするのにも息切れがしてあまり食欲がなくなり、呼吸すること に余分にエネルギーを使うので栄養的にも問題が出てきます。運動もあまりできないので、併せて、筋力が低下し、徐々に体力を失っていきま す。これが長期間、何年も続くので す。

症状がある程度軽くする薬はありますが、肺胞が壊れてしまうわけですから、壊れたものを薬で治すことはできません。つまり一度なると治すことはないので。しかし、禁煙をすれば進行を抑えることはでき、早めの禁煙が少しでも悪くしないための、唯一の方法と言えます。

## 意志を持って禁煙を



喫煙は肺気腫や肺癌に限らず、動脈硬化の原因にもなり脳梗塞や心筋梗塞などの危険性も上昇します。そのほか喫煙により危険度が上昇する病気は数多くあります。

禁煙については、禁煙補助剤が各種出てきていますが、あくまでも補助剤であり、飲めばあるいは貼れば自然に禁煙できるといったものはありません。禁煙をするのだという意志が必要です。喫煙者にとって「たばこは体によくありませんよ」というのは「知つとるよ、わかったわかった」といったことでしょう。病気にしたことについても、なかなかピンとこないかもしれませんが、これを機会にもう一度立ち止まって考えてみてください。

平成14年に健康増進法が施行されて以降、喫煙者に対する風当たりは強く、受動喫煙を防ぐという観点から、喫煙場所も制限され、最近ますます喫煙者は肩身のせまい思いをしていることと思います。

## 恐ろしい肺気腫

たばこと言えば皆さんすぐに肺がんが気になると思います。しかし、今後ますます増加が予想される病気に肺気腫というものがあります。症状的にも呼吸困難が長期にわたり、本人の苦痛、医療費の増大両面から、社会的に問題になっていきます。

肺気腫は、正確には他の原因の方もおられますが、喫煙者しかならな いといってもいい病気です。たばこの値上げで禁煙を考えられている方も多いと思います。今一度、喫煙の肺への悪影響について考えてください。なお現在、肺気腫は慢性気管支炎と併せてCOPD(慢性閉塞性肺疾患)という疾患概念に変わっていますが、たばこのパッケージにも肺気腫という病名が使われており、今回は肺気腫で話を進めます。

## 肺気腫になるのはほとんどが喫煙者

喫煙者のすべてが、肺気腫になるわけではありませんが(なる人とならない人の違いは、まだよく分かっていません)、日本人では肺気腫の方は、ほとんどが喫煙者です。潜在的な方も含めて患者さんは550万人くらいと言われていますが、通院中の方は25万人くらいです。

初期のうちは、通常の胸部レントゲン写真では変化が分かりにくく(胸部CTでは早くから見つかるようになってきています)、症状が出始めてから初めて受診される方が多くなっています。

症状は、初めのうちは咳や痰が出やすい程度ですが、次第に坂道や階段で息切れがしたり、平地でも早く歩くとき苦しくなってきたりします。さらに進行すると常にゼイゼイというようになります。症状は喘息に似ていますが、喘息は発作が治まれば呼吸困難がなくなる一方、肺気腫は症状が続いてしまいます。病気が進行するにつれと喘息の発作が続いているように苦しいのです。このころになると、慢性的に酸素不足となり、24時間酸素吸入をしなければならなくなります。在宅酸素療法をしている方には、肺気腫の方がかなり多いです。

## 国保ミニ知識

### 就職や退職などで、保険証が変わったら届け出を

お問い合わせ 保健介護課 ☎2141

国民健康保険(国保)の被保険者証をお持ちの方が、就職して会社などから健康保険証を受け取ったら、保健介護課または近くの各支所に、できるだけ早く届け出てください。届け出ないと、市では保険の切り替えが把握できないため、国保に加入したままとなり、国民健康保険料が掛かり続けることとなります。また会社を退職したときは国保以外の保険に加入する場合(会社の健康保険の任意継続など)を除き、必要書類を持参して市へ届け出る必要があります。

なお、同じ世帯以外の方が、届け出る場合は、委任状が必要です。**届出に必要なもの**

- 会社で就職などをする場合
- ①新しい保険証、②印鑑、③国民健康保険被保険者証の3点が必要です。
- 会社を退職などした場合
- ①健康保険資格喪失証明書(会社などが発行します)、②印鑑の2点が必要です。また年金を受給されている方は、年金証書が必要になります。

※ 健康保険の任意継続や家族の保険の被扶養者になるなど国民健康

保険以外の保険に加入する場合は、届け出がいりません。**保険証が変わったら、すぐに医療機関へ連絡**

会社などに就職し、保険証が変わったら、治療を受けている医療機関へ、すぐに連絡しましょう。

新しい保険証に記載の資格取得日以降に、国民健康保険被保険者証を使用した場合は、自己負担している医療費部分(3割を窓口で支払っていた場合は、残りの7割部分の医療費)を市へ返還していただくこととなります。

### こんなときはどうするの

**Q** 就職して会社の保険になったけど、すぐに保険証が届かず、しかたなく国民健康保険被保険者証を使ってしまった。この場合も返還の対象になることがあるの。

**A** 返還の対象になります。こういったときは、会社で保険の加入証明書を発行してもらうか、医療機関に事情を説明するようにしてください。