

# Extension Lectures 医療講座

解説 内科（呼吸器内科）  
穂苅 諭



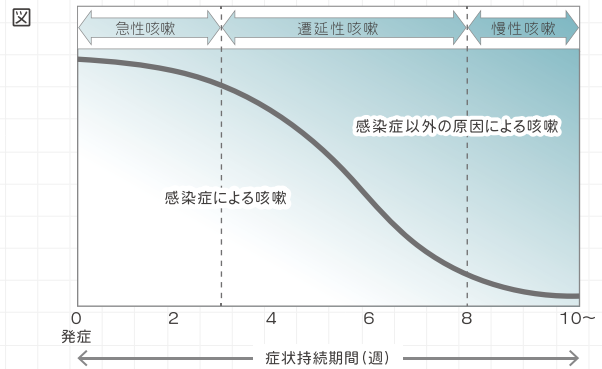
## 気になる 咳 どうしたらいい?!

「咳」は内科を受診される患者さんの中で有する頻度が高く、特に咳が長引くことで生活に支障が出て困る方も多い、つらい症状の一つです。咳が出る時、そして長引くときはどのように対処すればよいのでしょうか？

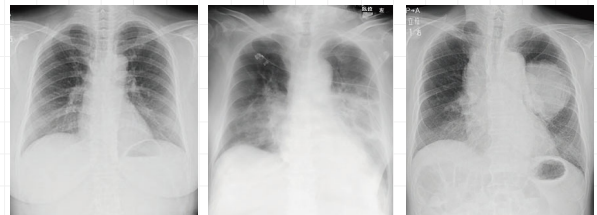
### 咳の考え方

咳は基本的には気道に貯まった分泌物や異物を外に出すための体の防御反応です。安易に咳を止めることだけを考えると咳止めを内服することは推奨されません。原因に応じた対応が必要となってきますが、咳の持続期間で考え方が異なってきます。

咳が始まってから3週間未満は「急性咳嗽（がいそう：医学用語で咳のこと）」、8週間以上は「慢性咳嗽」、その中間を「遷延性咳嗽」と呼んでいます（図参照）。急性咳嗽では感冒（かぜ）を含む感染症が主な原因となり、慢性咳嗽では感染症以外の原因が多くなります。大事なことは、咳の症状の中に肺炎・肺がん・喘息といった重大な呼吸器の病気が潜んでいることがあります（レントゲン写真参照）ので、気になる場合は早めに受診をして診察や検査を受けましょう。



レントゲン写真



😊 正常な肺      😞 肺炎      😞 肺がん

### 咳の治療アプローチ

治療を要する病気がはっきりしなかった場合、急性咳嗽や遷延性咳嗽で一番多い原因は呼吸器感染症（特にかぜ）とそれに引き続いて起こる感染後咳嗽です。咳止

めや去痰剤などの対症療法で経過をみていきます。一方で、慢性咳嗽まで至るような原因は多岐に渡りますので（表参照）、一度は専門医の受診をおすすめします。

表

原因	典型的な症状	主な治療方法
感染後咳嗽	・ 上気道炎（かぜ）が先行する ・ 徐々に軽快する	対症療法
咳喘息	・ 夜間～早朝に悪化する ・ 季節性がある	気管支拡張薬の吸入
胃食道逆流症（GERD）	・ 胸やけなどの消化器症状を伴う ・ 臥位になると悪化する	胃酸分泌抑制薬
鼻・副鼻腔疾患	・ 鼻の奥に垂れるような感覚がある ・ 痰を伴う	マクロライド系抗菌薬 抗ヒスタミン薬

### 咳で受診される方へお願い

咳の診療では、症状がどれくらい続いているのか、治療が効いたかどうか、といった経過が重要な情報となります。特に、他の医療機関などで検査や治療を受けたことがある方は、おくすり手帳や紹介状などの診療経過がわかる文書をご持参ください。

