



ほけんだより



長引く咳に注意！！
 かせ
ただの風邪じゃないかも？！

最近、咳をしている人を多く見かけます。「熱はないんだけど、咳が全然治らないんだよね～」という人はいませんか？もしかしたらそれはただの風邪ではないかもしれません。

2週間以上続く咳は風邪ではない可能性があります。風邪の原因は80～90%がウイルスで、残りが細菌などとされています。風邪のウイルスは体内に侵入して増殖しますが、通常は免疫機能が働くため、安静にしていれば自然に治ります。一方、細菌による風邪はふつうの風邪に比べて症状が重くなることもあります。抗生物質を使うことで速やかな治療が可能です。

つまり、2週間を過ぎても咳が治まらない場合や、まだ1週目でも数日間眠れないほど激しい咳が続く場合は、風邪以外の病気の可能性があるのです。

EXAMPLE

- 百日咳(出席停止になる疾患です)・・・風邪様の症状から始まり、次第に咳がひどくなる(コンコンと激しく咳き込んだり、咳により嘔吐してしまうこともある) 名前の通り100日近く咳が続く
- マイコプラズマ肺炎・・・発熱、咳(乾いた咳から徐々に痰が絡んだ咳に変化し長引く)、鼻水
- 副鼻腔炎・・・黄色い鼻水、鼻づまり、頭痛、発熱、痰が絡んだ咳
- 気管支喘息・・・喘息発作、呼吸困難、喘鳴、息切れ
- 咳喘息・・・呼吸困難や喘鳴を伴わない慢性の咳
- 気管支炎／肺炎・・・発熱、咳、呼吸困難

咳エチケット
 忘れないで♥



CHECK!



長引く咳には、もしかしたら病気が隠れているかもしれません。咳の特徴や咳以外の症状をセルフチェックしてみましょう。該当するチェック項目が1つでもあれば、風邪以外の病気の可能性があるので、受診しましょう。

- | | |
|---|---|
| ☐ 天気によって、咳がひどくなる | ☐ 冷たい空気に触れると咳が出る |
| ☐ 夜間(深夜・寝入りばな)に咳が出る | ☐ 明け方に咳が出る(咳で目が覚める) |
| ☐ エアコンの風に反応して咳が出る | ☐ 湯気に反応して咳が出る |
| ☐ 階段の上り下りや少しの運動で息切れがする | ☐ 呼吸がゼイゼイ、ヒューヒューする |
| ☐ 会話中に咳が出る | ☐ 咳が出るとなかなか止まらず、出ない時は全くでない |