やなせ内科呼吸器科クリニック 広報誌

あかね

2

2022.10

「あかね」は、みなさんとクリニックをつなぐ読みものです。
法人の基本方針でもある「いのちと暮らしにやさしい社会づくり」に貢献することを目的としています。医療、福祉、文化、地域交流など、さまざまな情報を発信していきます。

院長の『暮らしに役立つ医療のおはなし』

それ本当に「痰」ですか？

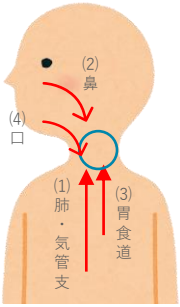
院長　柳瀬賢次

やなせ けんじ
1952年浜松市北区細江町出身。浜松医科大学卒業。聖隷三方原病院呼吸器センター内科科長を経て当クリニック開院。

日本内科学会専門医
日本呼吸器学会指導医
日本アレルギー学会専門医
日本感染症学会専門医
日本結核病学会認定医
日本認知症学会
日本サルコイドーシス学会　等

■はじめに

呼吸器の病気では痰の出る患者さんが多く、痰が増えれば「肺や気管支の病気だ」と考えるのが普通です。診療の際、痰を調べることが必要な場面がたくさんあります。医学的には肺や気管支から出てきたものが痰なのですが、人間はのどにたまったものを「痰」と感じ、「痰が出る」と表現します。患者さんは頑張って痰を出し持ってきてくれますが、時には食べ物と唾液の混ざったものだったり、鼻血混じりの鼻汁だったりすることがあります。つまり、実際は医学的な意味での「痰」ではないことが少なくありません。



私たちが「痰」だと意識するものは、それがどこからのどにやってきたのか、その由来によって主に4つに分類されます。「肺・気管支由来」、「鼻由来」、「胃食道由来」、「口由来」の4つです。

■痰の由来

(1)肺・気管支由来

これが医学的な意味での痰です。健康な人でも1日10～100㎖の痰がつくられのど元に上がってきますが、私たちは無意識に飲み込んでいます。図1のように気管支の粘膜表面は薄い粘液等の膜で覆われ、そこに細菌やほこりなどが付着します。細菌などの有害なものが肺を傷つけないように、気管支粘膜の細胞表面にある毛（「線毛」と言います）の波打つような運動で粘液等がのど元にまで運ばれ痰として出てくるのです。

肺炎、気管支炎、気管支喘息などで痰が増えると、痰を意識するようになり激しく咳をして痰を切ろうとするようになります。

(2)鼻由来

図2を見ていただきますとご理解いただけると思いますが、鼻の出口に近いところでできたものは鼻から出てきますが、奥の広い空間でできた分泌物はのどに降りていきます。これを「痰」と感じて出しますが、実際には鼻汁の一種なのです。これを後鼻漏と言います。健康な人で1日1ℓ程度の鼻汁がつくられており、無意識に飲み込んでいます。この鼻汁も気管支の粘液等と同様に有害物質の侵入から鼻・副鼻腔を守る働きをしています。

鼻・副鼻腔炎、アレルギー性鼻炎になると後鼻漏は増加し、「痰が増えた」と感じ咳払いをするようになります。

⑶胃食道由来

日本では食生活の欧米化、肥満の増加、人口の高齢化等を背景に、逆流性食道炎が増えています。胃カメラで食道炎の所見のない方でも、胃液が食道、更にのどまで上がってきていることが少なくありません。ゲップ、胸やけ、胃もたれが主症状ですが、咳やのどのヒリヒリ感・異物感、声のかすれを訴える患者さんもいらっしゃいます。こうした、のどの症状は痰がらみとして意識され、上がってきた胃液を「痰」として喀出することにもなります。（図3）

⑷口由来

唾液や食べ物の残りかすをしっかり飲み込み切れずに、のどに残っていることがあり、これも「痰」と感じます。ご高齢になり、嚥下する力が低下するとより感じるようになり、また誤嚥も起こりやすくなります。唾液や食べ物に付着する細菌が気管支・肺に流れ込むと誤嚥性肺炎を発症することもあります。

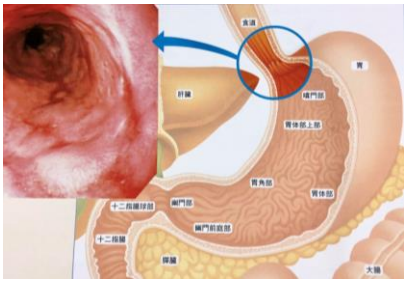


図-３;逆流性食道炎

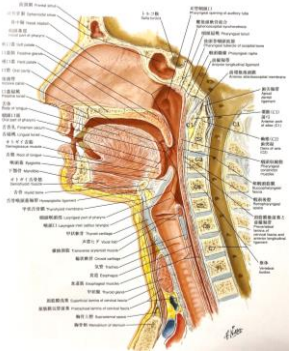


図-２;「ネッター解剖学アトラス」より

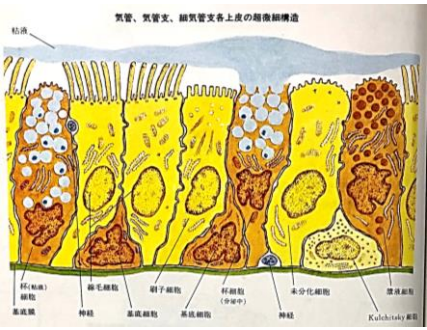


図-１;「医学図譜集　呼吸器編」より

みなさんへのお願い

☑ 痰の由来を考えましょう！

「痰」が出る時には、その由来を考えましょう。はっきりとは由来がわからないことも多いのですが、「鼻の奥からドロッとしたものがのどに降りてきた」感じがあれば後鼻漏でしょうし、せき込みの後にのどに痰を感じたのなら肺や気管支由来でしょうし、ゲップの後に痰を感じたのなら胃液由来でしょう。先に述べたように、どこからやってきた「痰」なのかによって、疑う病気は異なってきます。由来がわかると、より正確な診断につながります。

☑ 具合が悪くなったときは痰の持参を！

痰が増えた時の多くは感染症です。当院では痰を薄いガラス板に塗り、染色して病原菌の検討をしています（グラム染色）。菌が活動している場所から得られた痰を調べるとあなたを苦しめている犯人（病原菌）が判明することが多く、適切な薬剤選択につながるのです。

医療豆知識 肺機能検査（肺活量）

肺機能検査とは？

喘息、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、間質性肺疾患をはじめとする呼吸器の病気が疑われるときや、その状態をみるときに行う検査です。息を吸う力、吐く力などを調べます。

検査方法は？

鼻から空気が漏れないようにクリップでつまみ、マウスピースをくわえ、検査スタッフの指示に従って息を吸ったり吐いたりします。

何を測定しているの？

① **肺活量**：最後まで吐ききったところ（最大呼気位）から、空気をゆっくり胸いっぱい吸い込んだところ（最大吸気位）まで吸える量をみます。性別、年齢、身長から求めた標準値に対して80％以上を正常とします。肺活量の減る病気として、間質性肺疾患、肺線維症、胸が変形する病気（脊柱後側弯症など）があります。

② **努力肺活量**：胸いっぱい吸い込んだ空気を、できるだけ勢いよく吐いて測定します。最大吸気位から最後まで吐ききるまでの量をみます。喘息や慢性閉塞性肺疾患(COPD)などがあると、ゆっくりと呼吸したときの肺活量より減ります。

③ **1秒量**：②のうち最初の1秒間に吐くことができた空気の量です。この量が性別、年齢、身長から求めた標準値に比べて少ないときは、気管支が狭くなっている可能性があります。気管支拡張薬を吸入した前後で測定し、前後の値を比べることもあります。1秒量の減る病気として、慢性閉塞性肺疾患(COPD)や喘息などがあります。

④ **1秒率**：努力肺活量に対する1秒量の割合で、70％以上を正常とします。1秒率は喘息やCOPDなどの気道が狭くなる病気を見つける指標です。

● 院長のひとこと

先日、「呼吸苦があったのでかかりつけ医でレントゲンを撮ってもらった。問題なかったので安心したが、歩くと息苦しさが続くので受診したい」という患者さんがみえました。確かにレントゲンで明らかな異常の指摘は困難でしたが、肺機能検査をしてみると一秒率(70％以上が正常)が62％しかありませんでした。診断はCOPDでした。レントゲンのみではとらえることが困難な異常が肺機能検査で分かることがあります。

相談室だより

ケースカンファレンスの取り組み

当院では毎月ケースカンファレンスを実施しています。今回はその取り組みについてご紹介します。

ケースカンファレンスとは

院長、看護師、相談員、事務スタッフが参加し、患者さんへより良い医療・支援を行うことを目的に、３つのテーマでケースカンファレンスを行っています。ケースによっては、ケアマネージャーなどの関係者も参加します。
担当スタッフが事前に対象となる患者さんの情報を収集し、報告した上で意見交換を行います。異なる職種のスタッフが参加するため、新しい視点、発想、価値観に基づく意見交換ができます。

３つのテーマ

01

患者さんの情報共有

病状、医師の考える治療方針、服薬状況、介護の状況など、スタッフ間で共有すべき情報を報告しています。患者さんの置かれている状況を理解することでより良い支援が出来ると考えています。

02

患者さんが抱える問題解決の検討

必要な医療を受けるために妨げになっていることや、生活の状況等について情報収集し、どのような支援があれば解決できるかを話し合います。解決策に辿り着かないこともありますが、患者さんの抱える問題解決に向けて話し合う過程が大切だと考えています。

03

学びの共有

経験や職種が異なるスタッフが参加することで、互いに知識や経験を伝えあい、意見や視点の違いを認め合い、相互に発展することができます。支援方針・方法を見出すだけでなく、参加者全員の自己研鑽の場としても意味のあるものになっています。

まとめ

ケースカンファレンスの目的は、患者さんへより良い適切な支援を検討すること。どのような困難を抱える人も、人権が守られ、適切な医療を受けられるよう支援することは当院の理念でもあります。これからも、スタッフ間で患者さんの情報を共有し、チーム全員が同じ方向を向いて、ひとりひとりの患者さんに寄り添った支援ができるよう努めてまいります。

旬の食べ物や草花、空模様、そして季節を表す美しい言葉の数々。身近にある四季が織りなす自然の変化を感じましょう。

こよみ

立冬 11月7日～11月21日

二十四節気のひとつ。冬の気配を感じ始めるころです。朝晩の空気もぐっと冷たくなり、冬が近づいてきたと感じます。立冬から2月初旬の立春前日までが、暦のうえでは冬となります。

山茶花

10月～12月にかけて鮮やかな赤やピンクの花を咲かせます。実は赤やピンクに咲くものは園芸用に品種改良されたもので、野生種は白い花を咲かせます。ツバキ科の植物なので花もツバキとよく似ています。ツバキは花ごと落ちるのに対し、山茶花は花弁が一枚ずつバラバラになって散る点が大きな違いです。童謡「たきび」でも歌われ多くの方になじみのある花ですね。

鶴

冬の季語でもある鶴。古来より日本人に親しまれており、安藤広重の浮世絵にも描かれています。「鶴は千年、亀は万年」と長寿の生き物だと言われ、縁起の良い鳥としても知られています。世界中に生存していますが、日本でなじみのあるのはタンチョウやマナヅルでしょう。飛来地は北海道の釧路湿原、鹿児島県の出水、山口県の八代などが有名で、優雅な姿を見ることが出来ます。

蟹

魚介類は冬になると脂がのっておいしさが増しますが、なかでもカニは、冬の海の幸の王様とも言える食材です。日本では、大きく分けてタラバガニ、ズワイガニ、毛ガニの３種類が食べられています。シンプルに炭火焼きやお刺身でうまみを堪能するのも良いですが、やはり冬は身体を暖めてくれて野菜もとれるお鍋がおすすめです。

七五三

子の成長を祝い、子自身にもその自覚を与えるための儀式。現在のように11月15日にお祝いするようになったのは江戸時代からで、五代将軍徳川綱吉の長男・徳松を祈願したことが始まりだとされています。当時は現代のように医療が発達しておらず、七五三の年齢まで無事育てることは並大抵のことではなかったのです。

クリニックNEWS

インフルエンザ予防接種がスタートしました！

当院では１０月１１日よりインフルエンザの予防接種をスタートしております。
ご希望の方は受診の際、またはお電話でご相談ください。

休診日のご案内

下記日程は休診となります。

- １１月１１日(金)～１２(土)　学会のため
- １２月３０日(金)～１月３日(火)　年末年始

普段と違う症状がある場合はご来院前にお電話を

新型コロナウイルス感染症対策のため、発熱・鼻水・のどの痛み・咳など、普段と違う症状のある方は、**ご来院前にお電話**にてご連絡ください。スタッフが受診方法をご案内します。

医療法人社団やなせ
やなせ内科呼吸器科クリニック
〒433－8105　浜松市北区三方原町515-6
TEL ：053-414-5886
FAX：053-414-5887
http://www.yanase.or.jp/

発行日：2022年10月
無断転載禁止