

回生リハだより

『慢性閉塞性肺疾患 COPD』

慢性閉塞性肺疾患 Chronic Obstructive Pulmonary Disease : COPD

タバコ煙を主とする肺の炎症性疾患。病態は進行性であり、末梢気道病変と気腫性病変が複合的に現れます。

COPD診断と治療のためのガイドライン 第6版 より引用

慢性閉塞性肺疾患 (COPD)と診断された方は

26万1000人 (男性 18万3,000人、女性 7万9,000人) ¹⁾

全国のCOPDを罹患者は、約530万人と推定²⁾されており、

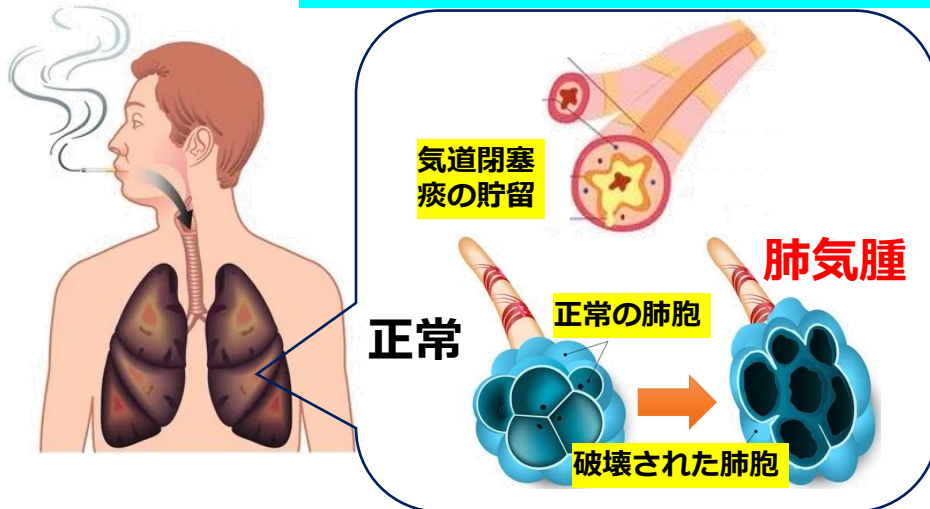
“かくれCOPD”の方々が多く存在すると言われています。

1) 厚生労働省 平成26年(2014年)患者調査の概況

2) Fukuchi Y.Nishimura M.Ichinose M,et al.Respirology. 9:458-465.2004

慢性閉塞性肺疾患(COPD) 症状

この症状に心当たりがある方は、当院の呼吸器科に御相談下さい。



● 息切れ

歩行、階段昇降、家事など
“息が吐きにくい”

● 慢性の咳

● 痰が出続け、止まらない

● 全身の倦怠感

● 発熱と寒気

● 胸部の不快感

慢性閉塞性肺疾患(COPD) 呼吸法

COPDの方は**息が“吐きにくい”**です。

鼻から大きく吸って、長く吐きます。

口すぼめ呼吸のPoint

- ・無理をして吐き続けしないで下さい。
- ・練習は、楽な姿勢（座る、横になる）で行って下さい。普段、動いている時にも行って下さい。



①鼻から息を吸う。

②口をすぼめて口から息を吐く。