

長引く咳について



診療所所長 野坂和男

暑い、暑い夏が過ぎ、10月になって急に気温が下がった途端、外来にかぜの患者さんが急増しました。皆さんの周りにも咳をする方が大勢いらっしゃるでしょう。この稿が皆さんの目に触れるころには、寒さもさらに厳しくなっていて、ひょっとしたらインフルエンザが流行しているかもしれません。そこで今回は「長引く咳」についてお話したいと思います。医学的に3週間までの(これでも十分長引いていると感じますが)咳を「急性の咳」、3～8週までの咳を「遷延性の咳」、8週を超えて続く咳を「慢性の咳」と定義されています。ウィルスや細菌の感染による咳は、結核は別として、遷延性・慢性の咳では少なくなります。原因として日本人では、咳喘息、アトピー性咳嗽、副鼻腔気管支症候群、そして胃食道逆流症が多いとされています。これらはいずれも病原体を介して人から人に伝染するものではありません。近くで咳き込まれても感染する恐れはありません。



咳喘息

アレルギーが関与していて、明らかな気管支喘息の症状(喘鳴=ゼイ・ゼイ、ヒューヒュー)や所見(聴診で喘息特有の笛を吹くような呼吸音)がなく、空咳が続きます。喘息の治療薬である気管支拡張剤や吸入ステロイド剤が効きます。放置しておくとも30%ぐらいの方が気管支喘息に進行しますので、吸入ステロイド剤などでしっかりと治療する必要があります。



アトピー性咳嗽

アトピー素因(アレルギー疾患を起こしたことがあるか、現に起こしている)が関与していて、抗アレルギー薬が効きます。空咳は続きますが、咳喘息と異なり、気管支拡張剤が無効で、また気管支喘息には進行しません。



副鼻腔気管支症候群

慢性副鼻腔炎による鼻汁、後鼻漏(鼻水が喉に流れる)、咳払いを伴い、気管支炎などの症状である痰を伴う咳が続きます。抗生物質や去痰剤が有効です。



胃食道逆流症

胃酸が食道に逆流することで咳が続くことがあります。症状として多いのは胸やけや、むかつきですが、時に「長引く咳」や胸痛を自覚し、呼吸器疾患や狭心症などを疑わせることがあります。胸部X線や心電図で呼吸器疾患・心疾患が否定されれば、胃酸の分泌を抑える薬を服用していただき効果を見ます。早ければ数日のうちに症状が消えることもあります。

次に細菌感染などが原因で咳が続く病気についてお話ししましょう。



マイコプラズマ肺炎

肺炎マイコプラズマが病原体で、患者からの飛沫感染と接触感染によって感染しますが、感染力はそれほど強力ではなく濃厚な接触が必要とされ、爆発的な流行にはなりません。かつての日本では4年周期(オリンピックのある年)で流行していましたが、現在はそのような特徴は消えており、毎年ある一定の患者が発生しております(図)。

特に今年は発生数が多く、報道などで取り上げられ、職場などで咳をする方に

神経を尖らせておられることでしょう。潜伏期は2～3週で、発熱で始まり、3～5日後、咳が出だし3～4週間続きます。この間、菌は排出されていますが、さきほど述べましたようになり濃厚な接触がなければ、感染しません。胸部X線で肺炎像を認めれば、マイコプラズマが疑われます。患者さんの咽頭拭い液や痰から菌を分離培養することで確定診断されますが、これには時間(1週間以上)がかかります。現在のところ、信頼できる実施可能な迅速診断法はありません。疑って効果が期待できる抗生物質を飲んでいただくこととなります。



百日咳

百日咳菌の感染によって独特の咳発作で発症します。母親からの免疫が期待できないため乳児期早期から罹患し、生後6カ月以下では死に至る危険性があります。日本では、ワクチン禍の発生がもとで、接種禁止、接種年齢の引き上げやワクチンの改良など紆余曲折を経て、1994年から、生後3カ月から3種混合ワクチンの接種が勧奨されています。国立感染症研究所によると2000年には、3,787例の報告がありましたが、この4年間で、1,229例(年に300例)にまで減少しています。死亡例は1例のみでした。成人の報告例はその約半数になります。成人では特徴的な咳発作がなく、それこそ「長引く咳」で経過し、やがて回復します。但し菌の排出は咳の開始から、約3週間程度持続します。周囲にワクチン未接種の乳児などがいる場合には、感染する可能性があるため、注意が必要です。



肺結核

紙面の都合で詳しくはお話できませんが、咳・痰が続き、もし結核菌が排出されていると周囲に重大な感染症すなわち肺結核を発生させる可能性があります。咳の期間が長くなればなるほど、そのリスクは高くなります。インフルエンザでも咳が出ますが、インフルエンザウイルスは人体内に5日を越えて、存在することは稀です。インフルエンザウイルスは、感染力が強いため神経を使いますが、強毒性でなければ、大部分は重症化せずに治ります。

「長引く咳」、特に2週間を超えて続くような咳は我慢しないで医療機関に受診してください。結核などの怖い感染症を胸部X線検査などで否定して、適切な治療を受けてください。