



病気と予防のお話し ～JCHO 船橋中央病院から～

第23回 咳と痰

呼吸器内科 小島彰先生

こんにちは。今回の健康コラムでは私が呼吸器内科医ということで、咳・痰の話をしたいと思います。咳と痰は内科診療をしていると頻回に出くわす症状で、原因となる疾患も多彩です。原因疾患として、一般の風邪、最近ようやく下火になってきた新型コロナウイルス感染症、細菌性肺炎などを代表とする急性感染症から、肺結核などの慢性の感染症、アレルギー疾患の気管支喘息、有害物質の長期吸入による肺気腫や慢性気管支炎(慢性閉塞性肺疾患)、とても怖い肺癌まで多くの疾患があげられます。今回は咳・痰の症状で、どんな時に医療機関を受診したら良いか述べてみたいと思います。

まず咳の分類です。咳は痰を伴わない乾性咳嗽と痰を伴う湿性咳嗽に分けられます。乾性咳嗽は気管支喘息や早期の肺癌・肺結核、新型コロナウイルス感染症を含むウィルス感染症で認められます。このうち気管支喘息に伴う咳は早朝や夜に多いという日内変動や、気温の変化で誘発されることがあるという特徴があります。ウィルス感染症に伴う咳は発熱、咽頭痛、鼻水などを伴い、時間が経つと痰を伴うようになってきます。これらの咳は症状が強かったり、コロナ感染症という新しい病気が心配であったりしたら早めに医療機関を受診したほうが良いでしょう。肺癌や肺結核による咳では、当初は頻度も多くなく、また、他の症状がないこともあります。このため軽く見られがちになってしまう場合があります。今までなかった咳が出るようになり3週間たってもよくなる場合は、必ず医療機関を受診しレントゲンを撮影してもらってください。

次に湿性咳嗽です。痰を伴っているので痰の性状がとても重要です。湿性咳嗽は多くの慢性肺疾患で認められる症状で、痰の色は通常は透明からネズミ色、あるいは、オード色です。しかし、今までの痰の有無にかかわらず、急に濃い黄色や緑色で粘り気の強い痰が出だしたり、痰の量が急に増えたりしたら肺炎などの感染症を疑わなければなりません。こんな場合に発熱などの他の症状を伴っていれば、至急医療機関を受診する必要があります。また、痰に血が混じる血痰も重大な病気が隠れている可能性があります。この場合も至急医療機関を受診してください。

最後に咳の続く期間についてです。通常風邪などの軽度の感染症でも3週間は咳が続いてしまうことがあります。そのため、感染症後の咳については他に症状がない場合3週間までは医療機関に新たに受診する必要はありません。3週間を超えても咳が続く場合は遷延性咳嗽と言われますが、上記肺癌など別の病気が隠れている可能性がありますので医療機関を受診しレントゲンなどの検査を受けてください。

簡単に咳・痰の症状で医療機関を受診するほうが良い場合を述べさせていただきました。皆さんのお役に少しでも立てば幸いです。