

🍀 子どもの病気の基礎知識 ～気管支ぜんそく～

気管支ぜんそくは、肺と口をつなぐ空気の通り道である気管支に、アレルギーなどで慢性的に炎症が起こる病気です。季節の変わり目や、風邪、ホコリや動物の毛などの様々な刺激で発作が起こると、気管支の壁がはれ、痰（たん）が出て呼吸が苦しくなり、ひどくなると入院が必要となります。空気の通り道が細くなるので、ヒューヒューと笛のような音がしたり、痰（たん）があってゼイゼイと音がしたりします。

治療には起こった発作を改善する薬と発作を予防する薬があります。発作を改善する薬は気管を広げる薬ですが、それだけでは炎症を抑える力はありません。

炎症を抑えて発作を予防する薬の代表は吸入ステロイド薬です。ステロイドと聞くと抵抗を感じる方も多いと思いますが、吸入ステロイド薬の登場により、ぜんそくによって亡くなる方は劇的に減少しました。副作用も内服薬に比べるとかなり少なくなっています。発作が軽くても、回数が多い場合は予防薬の適応があるかもしれませんので、かかりつけ医に相談しましょう。



●ご家庭でできる予防法は？

原因物質の除去や適度の運動が挙げられます。特にアレルギー体質のあるお子様は、原因物質として予想されるダニ、ホコリなど、除去できるものはなるべく除去しましょう。また、タバコも発作の原因となりますので控えましょう。

運動は発作を誘発する場合がありますが、子どもの成長発達に様々な利益がありますので、かかりつけ医と相談して行いましょう。有酸素運動、特に水泳や歩行が推奨されています。

ぜんそく診療の目標は普通の子どもと同じ生活を送ることです。ご家庭と医師とで協力し合って、子どもの成長をサポートしましょう。

🍀 お知らせコーナー ～フリーダイヤルを開設しました～

このたび、九州大学エコチル調査事務局専用のフリーダイヤルを開設しました。質問票に関するお問い合わせなど、みなさまからのご連絡はこちらまでお願いいたします。



携帯・PHS OK

【九州大学エコチル調査事務局】
フリーダイヤル

0120-155-539 (9:00～17:00 土日祝休)

※携帯・PHSからもご利用になれます。FAXも送信いただけます。

また以下のような場合に、当事務局からみなさまへご連絡をさせていただく際も、この番号からご連絡させていただきます。

- お返しいただいた質問票のご回答の内容について、お尋ねしたいことがある場合
- お送りした謝礼をお受け取りいただけず、戻ってきた場合 など

🍀 参加者のみなさまへのお願い 🍀

質問票は6か月ごとにお送りしています。
遅くなくても構いません、お手元にまだご回答いただいていない質問票をお持ちでしたら、ぜひご記入の上、ご返送をお願いいたします。

また、質問票を紛失・破損された場合でも、お気軽に事務局までご連絡ください。すぐに新しい質問票をお送りいたします。

*質問票の謝礼は簡易書留でお送りしております。
お受け取り時にご不在の場合は、不在連絡票がポストに入りますので、郵便局にご都合の良い日時をお知らせください。

引き続きエコチル調査へのご協力を
どうぞよろしくお願いいたします。



■発行
九州大学エコチル調査事務局内
すくえこ編集部

〒812-8582
福岡市東区馬出3-1-1
九州大学
コラボステーションⅡ-701

電話・FAX：(092)642-6453

ホームページ：
<http://eco.kyushu-u.ac.jp/>