

# 町医者だより

平成21年02月号

## 喘息と心の健康

＜発行・お問合せ先＞

おおわだ内科呼吸器科

院長 大和田 明彦

市川市南八幡4-7-13

ヤソポール本八幡2階

JR本八幡駅南口(シャポー改札口)

1分ミスタードーナツ並び

スーパーつるかめ(旧フレック)2階

電話047-379-6661

おおわだ  
内科  
呼吸器科

喘息は赤ちゃんからお年寄りまで幅広い年齢層に見られます。以前から患者さんにも説明しているのですが、高血圧と糖尿病とともに喘息も治療を続けて絶対に損はない病気です。今回は喘息と心の健康のお話です。

### 喘息でのパニック障害、うつの高率な合併

以前は喘息は精神的な原因で発症すると考えられており「神経因性喘息」という言葉もあったようですが、喘息は気道の慢性炎症であるとの認識がここ10年以上浸透してきました。しかも慢性的な炎症(慢性全身性炎症症候群など)が「うつ」を引き起こすことが分かってきており、病気と心の健康は密接に関連しています。2005年の米国胸部疾患学会雑誌に喘息の患者さんではパニック障害を有する可能性が非喘息患者さんの4倍で、逆にパニック障害の患者さんで喘息を有する可能性が6倍に達するとの報告がありました。また2008年の「Chest」誌で35万人にも及ぶ大規模解析で喘息患者さんでは心の健康障害が多いとの報告がありました。別の報告でも喘息患者さんの半数の方に「うつ」関連疾患が見られるとしています。

### 喘息のコントロールで心の健康を改善を

喘息が先か、パニック障害やうつが先か、その因果関係や発症のメカニズムは、はっきりしませんが、両者がお互いに影響を与えていることは明らかです。喘息患者さんには、うつ以外にも睡眠障害や便秘症状の方が多くいらっしゃいます。そして、もっと大事なものは喘息患者さんでは、睡眠、活力、気分、忍耐力、記憶、食欲、運動力、外出しようとする意欲などが明らかな低下している事です。喘息症状の改善が心の健康の改善をもたらすとの報告もあります(喘息と心の健康に関する論文は未だに非常に少ないです)。当診療所を受診されている20歳台から40歳台の特に女性の喘息の患者さんの中にも、うつやパニック障害でお薬の飲まれている方がいらっしゃいます。喘息の治療はただ単に気道の炎症を取るだけではなく心の炎症も取る全人的な治療です。心の健康を保つためにも喘息治療を継続をお勧めいたします。