

# 町医者だより

平成23年02月号

＜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

ジャポール本八幡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

ヘアサロンAsh向かいビル2階

電話047-379-6661

おおわだ  
内科  
呼吸器科

## 喘息と水泳

小児喘息だったという成人の方で小さい頃に喘息がありましたがスイミング・スクールに通うようになって治りました、という方がいらっしゃいます。また、お子様が喘息と診断されるとスイミングに通わせます、とおっしゃる保護者の方も多いと思います。今月は喘息と水泳の話題です。

### プールは喘息を悪化させる

スイミングプールに使用される塩素消毒が喘息を誘発する、との1ページにも満たない報告を私が読んだのが2005年のことでした。今回紹介いたします米国胸部疾患学会誌 (Am J Respir Crit Care Med 2010年10月号) の論文によると、室内プールの水泳の監視員で呼吸器症状が多く、その原因が消毒用塩素ではないかとの報告がすでに1998年に出されています。日本でもプールの水質管理に塩素系消毒が使われていることが多いと思いますが、気化した塩素を吸入することで気管支上皮の炎症が引き起こされると考えられています。そのため気温が高く塩素の気化量の多くなる室内プールのほうが屋外プールよりそのリスクが高いといわれています。また大きな大会にでるような競泳選手に喘息が多いとの論文もあります。これらのことから喘息に水泳は良くないのではないかと危惧されます。しかしながら、実際私も喘息のお子さんや成人の方に水泳を含む運動をお勧めしていますが、スイミングスクールに通うようになって喘息症状が悪化してしまったということをお聞きしません(鼻炎が悪化したという方はいらっしゃいました)。

### 英国からの報告

今回の報告は5738名の子供さんを生まれてから10歳になるまでフォローするという気の遠くなるような報告で、回数に多い少ないはありますが水泳をしている約半数の2908名のお子さんを対象に水泳が喘息の発症頻度を増やすか検討したものです。対象者には当然喘息の家族歴がある方も含まれています。結論からいえば、水泳によって喘息発症の頻度が増えることはありません。また喘息のあるお子さんでは水泳の回数を多くすると呼吸機能の改善が認められ、喘息症状の軽減がみられました。今回の報告の最大のセールスポイントは前向き研究と言って、すでにあるデータを解析する研究と異なり決まった項目を将来に向かって見ていくもので差が出にくい検討である点です。

### 水泳による気管支炎症の悪化

しかしながら、競泳選手に喘息患者さんが多いという報告も複数あって無視できません。競泳選手で起こる気道の炎症が喘息で起こる気道炎症と異なるとの報告があります。すなわち喘息の場合は好酸球が炎症にかかわるのですが、競泳選手では好中球が炎症にかかわっています。また喘息患者で増加する呼気NO(一酸化窒素)濃度が競泳選手では増加していない点も別の炎症が気道に起こっていることを示唆しています。

### 運動は吸入ステロイドなど治療しながら

洋の東西を問わず子供さんをスイミングに通わせる方が多いようですが、水泳を含む運動そのものは喘息を誘発する可能性があります(運動誘発性喘息)。私は常に喘息の患者さんには吸入ステロイドなどの治療を行いながら運動を行うことをお勧めしています。