ぜんそく…季節による寒暖差に注意

ゼンソク人間学

gsk

治療継続でつらい症状から解放を

寺川綾さん

美少女スイマーから五輪メダリストに、そして現在はスポーツキャスターとして活躍する寺川綾さん＝ミズノ。シリーズ「ゼンソク人間学」の今回のお相手は阿保未来先生。風邪とぜんそくには違いがあり、地域の差や季節の変わり目によっても留意すべき点が異なるという。同じ女性の立場から、ぜんそくのさまざまな話題について聞いた。

長引くせき要注意

寺川　ぜんそくと気づかない人も多いようですが、どのような症状の場合、受診した方がいいですか。

阿保　せきが長引くので受診するとぜんそくだった、という方がいらっしゃいます。せきだけでなく息苦しかったり、ゼーゼーいったりするときにぜんそくの可能性が高いです。風邪ならせきはせいぜい1週間くらいで、それ以上長引くときは、おかしいと思ってもらった方がいいです。呼吸器専門の病院で肺活量測定や聴診をすれば分かります。

寺川　私の場合、コーチに勧められ治療を本格的に始め、今も続けています。それまで、試合の時は苦しかったけど、〝勝負だから何とかしなきゃいけない〟と自分に言い聞かせていました。治療を始めたら苦しくなくなって、日本記録を更新できたり…。もっと早く治療すればよかった。

季節の変わり目にも

阿保　ぜんそくでは、季節の変わり目の寒暖差で症状が出る人も多いです。

寺川　私は梅雨の時と台風が苦手でしたが、今は大丈夫です。

阿保　治療を続けていると季節の変わり目の発作もだんだん出なくなってきます。

寺川　今年、五輪のキャスターとして行ったリオデジャネイロは寒暖差が激しかったのですが、変わりなく過ごせました。

治療中断で気道が狭く

阿保　寒暖差の影響を受けなかったのは、寺川さんが治療をきちんと継続されているからだと思います。気温差でよく症状が出るときは、治療が十分でないことが多く、きちんとした治療を継続することが大切です。

寺川　症状がないからといって治療をやめると、どのようなことが起きますか。

阿保　楽になったからと治療をやめる人も多いのですが、多くの人は数か月～1年後に再び症状が出て、戻ってこられます。発作を繰り返していると、「リモデリング」といって、気道の壁が徐々に厚くなって気道が狭くなり、治療しても戻らなくなってしまいます。症状が治まっていても治療を継続するのは大事です。

寺川　患者さんに治療を継続してもらうため、先生はどんな工夫をされていますか。

阿保　風邪だと思って受診し、呼吸機能の検査をして初めて診断されるケースもあります。本人はほとんど気づいていないのですが、明らかにぜんそく。治療するとすぐ楽になるのでぜんそくについては納得されていますが、症状がよくなっても治療を続けてもらうことは課題です。治療をやめるとまたぶり返しますよと言い続けています。

キャスターとしても活躍

てらかわ・あや

大阪府出身。近畿大学附属高校、近畿大学卒業。2004年アテネ五輪200㍍背泳ぎで８位入賞。12年ロンドン五輪では100㍍背泳ぎと４×100㍍メドレーリレーでそれぞれ銅メダルを獲得。今年からスポーツキャスターとして活躍。１児の母。ミズノ所属

阿保未来先生

金沢大学附属病院呼吸器内科助教

あぼ・みき

金沢大学医学部卒業。金沢大学医学部第三内科入局、国立金沢病院（現・国立病院機構金沢医療センター）呼吸器科、富山市民病院呼吸器内科、石川県立中央病院呼吸器内科などを経て、現在、金沢大学附属病院呼吸器内科助教

PR ＜企画・制作＞ 産経新聞社営業局　提供：グラクソ・スミスクライン株式会社

詳細は ゼンソク人間学 検索 zensoku.jp/athlete/