

気管支喘息の薬について

気管支喘息の症状は、①気管支の異常な収縮によって気道が狭くなること ②気管支粘膜の炎症 ③痰の分泌増加 によって起こると言われています。

花粉やダニ・カビ、家の中のチリやホコリ、大気汚染、寒冷、さらにはストレスなどが原因になっている可能性もありますので、これらに注意して喘息を起こしにくくするよう、日常生活に気をつけましょう。

《薬はどのように効くの？》

効き方は薬によって異なりますが、

- ① 気管支を拡張させ、呼吸しやすくします。
 - ② アレルギー反応を抑えます。
 - ③ 痰を切りやすくします。
 - ④ 気管支の炎症を抑えます。
- ①～④の作用をもつ薬が症状によって組み合わせられます。
内服薬だけでなく、最近は吸入薬も多く使われています。



《注意することは？》

- ① からだの中に一定量の薬がないと効果が発揮されなかったり、勝手に服用をやめると発作が起こりやすくなったりする薬もありますので、必ず医師の指示に従ってください。
- ② 吸入薬を使用するときは、決められた吸入方法を守り、使用后必ずうがいをしてください。
特に発作を予防する吸入薬は、指示されたとおりに定期的に吸入してください。
- ③ 妊娠している方（妊娠の可能性のある方）や赤ちゃんに母乳を飲ませている方に対して注意が必要な薬もありますので、その旨、医師に申し出てください。

《副作用は？》

薬によっては、眠気、胃腸障害、頭痛、動悸、手指のふるえなどがあらわれることがあります。

これらの症状以外にも、薬を飲み始めて変わったことがありましたら、医師または薬剤師に相談してください。

《飲み忘れてたり、吸入を忘れたら？》

すぐに服用してください。ただし、次の服用時間が近いときは、飲み忘れた分は服用しなくても結構です。

絶対に2回分を一度に服用しないでください。

吸入についても同様です。

（裏面に続く）

● 日常生活のチェックポイント ●

- * 清潔を心がけ、ホコリ、ダニ、カビをできるだけ少なくしましょう。
- * 気温と湿度の変化に気をつけましょう。
- * 皮膚を鍛え、軽い運動をしましょう。
- * カゼをひかないようにしましょう。
- * 食べ過ぎに注意しましょう。
- * 禁煙を心がけましょう。
- * お酒は控え目にしましょう。
- * ストレスをさけましょう。
- * 規則正しい生活を行い、睡眠を十分にとりましょう。