

COPD (慢性閉塞性肺疾患) を知ろう



COPDとは？

- たばこの煙等の有害物質を長年吸いこむことによって起こる肺の病気です。
- 重症化すると、少し動いただけですぐに息苦しくなって酸素吸入が必要になったり、要介護につながる可能性があります。
- 新型コロナウイルス感染症にかかると重症化しやすいといわれています。
- COPD 患者の9割は、**喫煙者または喫煙経験者**です。また、**受動喫煙**も COPD の原因となります。
- 長期間にわたってゆっくり進行していくため気づきにくく、息切れがあっても「年のせい」などと考え、発見が遅れがちです。早期発見・治療が大切です！



その症状・・・COPDかも？

- ☐ 咳やたんが続いている
- ☐ 階段や坂道を上がると息切れする
- ☐ 同世代と比べて息切れしやすい
- ☐ かぜをひきやすい、またこじらせやすい
- ☐ 呼吸をすると喉や気管がゼイゼイという

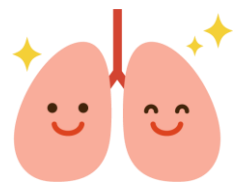
気になる症状があれば、
早めにかかりつけ医または
呼吸器内科へ相談を



第一の予防は禁煙！

COPD の予防と治療で最も大切なことは禁煙です。

一度壊れた肺は元に戻りませんが、禁煙は COPD の進行をゆるやかにし、症状の改善も期待できます。あなたや周りの大切な人のために、禁煙を始めてみませんか。

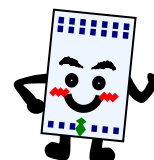


GOLD Ribbon



11月19日（毎年11月第3水曜日）は
世界COPDデー

ゴールドリボンはCOPD啓発の
シンボルです



長野市保健所健康課
電話 226-9961
FAX 226-9982