

# いきいきゼミナール

健康  
と  
医療

健康と医療についてゲストに語っていただくコーナーです

テーマ「痰(たん)と去痰剤」 ゲスト 白石内科クリニック 干野 英明 院長



て痰が出しにくくなったりします。

—痰について教えてください。

痰は、気道内に入ってきたウイルスや細菌を排出するために出る粘液です。健康な人でも常に産生されていますが、無意識のうちに飲み込んでいて通常は気になりません。一定の量を超えると痰として認識されます。何らかの原因で気道内に炎症が起きると、粘液の分泌が過剰になって痰が増えたり、成分の変化が起き

て痰は、その特徴を把握することで、原因となっている疾患の診断や治療に役立つことがあります。急性期で痰が透明や白色であれば感冒などのウイルス感染を、痰が灰白色や黄色であれば細菌感染を疑います。黄色や緑色の膿性(のうせい)痰の場合は、細菌感染を含め、気管支拡張症などの慢性気道感染症を疑います。また、痰に血が混じる場合

は、気道や肺胞からの出血が疑われ、肺がん、肺結核、気管支拡張症などの可能性もあります。ただし、せきが強い場合には、気管支の表面に血がにじんで、それが痰に混じって出る場合もあります。

夜中から明け方に痰が多く出る場合は気管支喘息(ぜんそく)を、朝の起床時に多い場合は、慢性気管支炎や肺気腫などの慢性閉塞(へ

いそく)性肺疾患(COPD)の可能性も考えます。気管支喘息やCOPDなどの慢性の呼吸器疾患では、粘液の産生源である粘液腺が肥大しており、粘液を気道に分泌する杯(さかずき)細胞の数が増加しています。その結果、痰の量が多くなり、また、痰の中の糖たんぱくの割合も増えるので痰が粘り気を増して出しにくくなります。気道内に滞留した痰は、細菌などの感染の温床となり、気管支炎や肺炎になることもあります。

—痰を抑えるにはどうすればよいですか。

痰の管理には去痰(きょたん)剤

が投与されます。去痰剤は作用機序の点から大きく二種類あります。一つは痰の粘稠(ねんちょう)度を下げ、粘液を正常な状態に近づけるものです。粘液修復薬とも言われカルボシステインなどがあります。もう一つは、痰と気道粘膜との粘着性を下げて痰を滑りやすくし、痰の排泄を促すものです。粘膜潤滑薬とも言われ、アンブロキシソールなどがあります。

特にカルボシステインについては、粘液修復作用とは別に、抗酸化作用や抗炎症作用があり、COPDの増悪を抑える効果があります。また、ウイルス感染の抑制作用も報告されています。

病院  
訪問

## 白石内科クリニック



▲外観

風邪、気管支炎、肺炎、喘息(ぜんそく)などの呼吸器疾患やアレルギー性鼻炎、花粉症といったアレルギー性疾患の治療を中心に、肺がんのセカンドオピニオン、禁煙外来(保険診療)まで、きめ細かく診療しています。2013年7月1日に移転しました。

住 所/札幌市白石区中央1条7丁目10-30  
白石中央メディカルビル 一階  
電話番号/011-868-2711  
診察受付/月・木曜 9:00~12:30 14:00~19:00、  
火・金曜 9:00~12:30 14:00~18:00、  
水・土曜 9:00~12:30  
休 診 日/日曜・祝日 院長/干野 英明

企画制作/北海道新聞社営業局