

健康診断で予防できる病気

“COPD”

(慢性閉塞性肺疾患)



～今、たばこをやめれば間に合います!～

肺機能検査で分かる病気

一秒間に吐ける息の量から自分の呼吸機能がどの程度であるか分かります。これが基準値以下の場合、COPDや気管支喘息などの可能性があります。



COPDってどんな病気? 原因は?

肺に慢性的な炎症がおき、空気の流れが悪くなります。進行すると十分な酸素が取り入れられない呼吸不全となり、日常生活に支障がでます。主な症状は慢性的な咳や痰、体を動かした時の息切れです。**原因の約90%は喫煙**です!

どれくらいの人が罹っているの?

氷山の一角にすぎません。

■日本における推定患者数

※NICE (Nippon COPD Epidemiology) study:
2004年に報告された40歳以上の男女2,343名のデータによるCOPDの大規模疫学調査

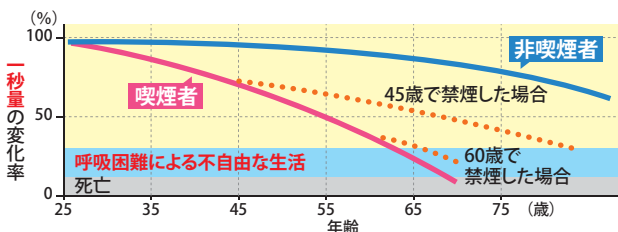
資料:厚生労働省健康局生活習慣病対策室慢性閉塞性肺疾患(COPD)の現状について

COPDで治療を受けている患者数
26.1万人(厚生労働省統計2014年)

COPDの推定患者数
500万人以上

COPDは予防できます!

肺の機能は20歳代をピークに加齢により緩やかに低下します。しかし、喫煙者は非喫煙者に比べてはるかに速く低下してしまいます。早期の禁煙がCOPDの予防になります。



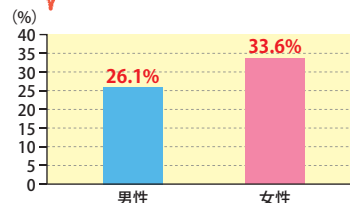
一秒量 (FEV1) からみたCOPDの自然経過 (Fletcher C, Peto R: BMJ 1:1645-1648, 1977)

資料: COPDの疫学と予防: 健康日本21 (第2次) を中心に
https://www.jstage.jst.go.jp/article/naika/104/6/104_1059/_pdf

約3割がたばこをやめたいと思っています

■現在習慣的に喫煙している者におけるたばこをやめたいと思う者の割合 (20歳以上)

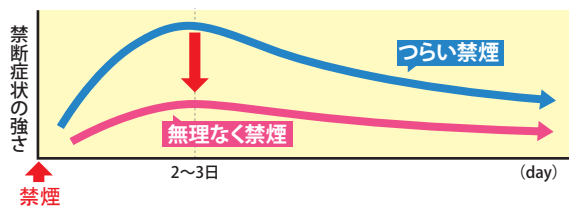
資料: 平成27年 国民健康・栄養調査



禁煙治療を利用しよう

禁煙治療や禁煙補助薬の有効性はすでに確認されており、自力での禁煙に比べても禁煙率が3~4倍高まることも示されています。また、一定の基準を満たせば保険診療で受けられます。

① 比較的楽にやめられる



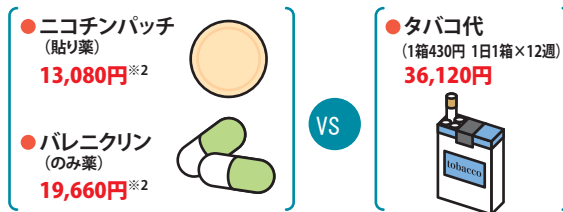
② より確実にやめられる

禁煙の可能性が禁煙補助剤で2~3倍アップ。指導を受けるとその内容に応じて3倍近くまでアップ。

出典: U.S., Department of Health and Human Services. Treating Tobacco Use and Dependence, 2008.

③ あまりお金をかけずにやめられる

保険による禁煙治療^{※1}とタバコ代の比較



※1... 保険による禁煙治療の自己負担は3割として計算

※2... ニコチンパッチは8週間、バレニクリンは12週間の標準使用期間として費用を算出
出典: 禁煙治療のための標準手順書 第6版, 2014

禁煙を全力でサポートします!

2015年度保健事業部の禁煙外来にて禁煙治療した人の禁煙成功率 76.3% (152名中116名)

禁煙治療のお問い合わせ・ご予約

受付時間 平日 8:30~17:00
土曜日 8:30~12:00

- ▶ 聖隷健康診断センター (浜松市中区住吉2-35-8) ☎ 053-475-1222・1223
- ▶ 聖隷予防検診センター (浜松市北区三方原町3453-1) ☎ 053-439-1115・1116
- ▶ 聖隷健康サポートセンター Shizuoka (静岡市駿河区曲金6-8-5-2) ☎ 054-280-6222

