

## 健康相談室

あなたの相談に専門医がお答えします



● 回答者 ●  
笠井耳鼻咽喉科クリニック  
自由が丘診療室  
笠井 創

## Q 起床時に せきとたんが出る

52歳、男性。半年前から、起床時にせきとたんが出て、日中もたんがからみ、のどの違和感があります。呼吸器科で、たんを切る薬を処方されましたがあまり改善されません。慢性の鼻炎があり、のどのほうに鼻汁が落ちているようですが、せきとたんはそのせいでしょうか。(奈良県 F)

## A 副鼻腔炎などによる後鼻漏が原因の慢性的なせきは、 鼻の治療をすることで改善する

# & A

からだや心の病気についてのご相談や健康に関する疑問をお寄せください。専門医が回答していただきます。ご相談は症状や経過を詳しく書き、住所、氏名(誌上ではすべて匿名)、年齢・電話番号と所属組合名(不明のときはお答えしかねます)を明記して、返信用の80円切手を同封のうえ、封書でお寄せください。ご質問は封書1通につき1件とします。また、現在入院中のことについてはご遠慮ください。なお、誌上回答以外は回答が届くまで数カ月かかることがあります。

あて先 ■〒104-8104 東京都中央区銀座1-10-1(株)法研「ヘルスアンドライフ」健康相談室係  
※住所などの個人情報には守秘いたします。

たんは、気管・気管支・肺からせきとともに吐き出されるものです

が、鼻からのどへ回った鼻汁が気管に流れ込んでたんとして出てくる場合があります。急性鼻炎やアレルギー性鼻炎、慢性副鼻腔炎では、鼻汁がのどに回り睡眠中に気管の中に吸い込まれて、朝起きたときにせきとともに口のほうへ戻されてきます。

鼻汁がのどのほうへ落ちることを後鼻漏といい、慢性的なせきの原因として耳鼻咽喉科では非常に多い病状です。気管からたんが出るときは、胸苦しさや発熱があるため受診する場合がありますが、後鼻漏は、かぜが長引いている程度に考えられて放置されることがあります。高齢者ではとくに炎症や病気がない場合で

も、鼻やのどの粘膜の表面が乾燥し、粘り気の強い分泌物がたまるために後鼻漏の症状が出やすくなります。

たんの多い、湿ったせきがつづく主な原因として、かぜ症候群(急性咽喉頭炎、気管支炎)、慢性気管支炎、気管支拡張症、慢性副鼻腔炎を伴う気管支炎(副鼻腔気管支症候群)、逆流性食道炎、肺結核などがあります。たんの少ない、「空せき」がつづく主な原因は、せき喘息、アトピー咳嗽、アレルギー性気管支炎、喉頭アレルギー、肺がん、高血圧治療薬などによる薬剤性、心因性などさまざまな病因が考えられます。

2週間以内のせきとたんであれば、対症療法が行われます。膿性たんがあれば抗生物質を使用し、症状

がだんだん軽くなる場合はとくに検査はいりません。しかし、それ以上せきが長引く場合には呼吸機能検査やレントゲン検査などが必要です。

耳鼻咽喉科では、鼻腔内視鏡検査、CT検査、細菌検査などで副鼻腔炎や上咽頭炎のチェックをします。副鼻腔炎やアレルギー性鼻炎による後鼻漏が原因の慢性的なせきは、鼻の治療をすることでよくなります。

治療薬としては、消炎酵素剤、粘液溶解剤、気管支拡張剤、去たん剤、抗生物質やステロイド剤などが使われます。外来で定期的に分泌物を吸引することもあります。

日常生活では、鼻の中を乾燥させないように終日マスクをしたり、加湿器を使うのがよいでしょう。