Q 頻繁に痰がからみ不快でならない

六十一歳、男性。お酒は毎日ビールを一缶ほど。タバコは日に一五本ほどです。一年ほど前から頻繁に痰がからみ、不快でなりません。いつもせきをしているといった感じです。痰は黄色く粘質のものです。起床時はとくに不快で無理にせき込むのですが、なかなか痰が切れません。タバコが原因かと思い、しばらく禁煙していましたが治りませんでした。実際、タバコは二〇年ほどのんでいますが、これまで痰がからむことはなかったので、タバコが原因とは思えません。年齢とともに痰は多くなるものでしょうか。病気の可能性はありますか。アドバイスをお願いします。

（徳島県　N・O）

A 原因がなんであれ治療の第一歩は「禁煙」

痰は気管や気管支からでる分泌液に、細菌やほこり、粘膜細胞などが混入したものです。

痰やせきがでるのを「年のせい」や「タバコのせい」で片づける人が多いのですが、年中せきや痰がでるのは、決して当たり前のことではありません。

健康な人でも、一日に一〇〇mℓほどの痰を分泌しており、知らないうちに飲み込んでいるといわれていますが、痰が多いと自覚するようになったり、膿のような痰がでたりするのは、明らかに病的な状態といえます。

無色や白色の痰が一時的にでるのであれば「かぜ症候群」によることが多いのですが、痰の量が多ければ「気管支喘息」、黄色い膿のような痰がでたら「気管支拡張症」や「肺炎」の可能性があります。

気管支拡張症は、なんらかの原因で気管支の壁が破壊されて弾力性を失うために気管支が拡張して痰がたまりやすくなる病気です。ふだんはそれほどつらい状態ではなくても、かぜやインフルエンザなどをきっかけに急に悪化します。

また、喫煙は痰を増やすために病状をますます悪化させますから、禁煙が絶対に必要です。喫煙者で痰が続いている場合は、「慢性気管支炎」や「肺気腫」などの「慢性閉塞性肺疾患」の可能性が高いので、呼吸器内科で検査を受けることをおすすめします。

また耳鼻咽喉科領域で多いのが、「後鼻漏」です。鼻汁がのどのほうへ流れ込むのを痰として感じる場合です。後鼻漏があると、鼻の奥のほうからのどにかけて何かがあると感じられ、くり返し唾を飲み込んでもすっきりとりきれないという症状がいつまでも続きます。

「慢性副鼻腔炎（蓄膿症）」や「アレルギー性鼻炎」、「慢性鼻炎」、「慢性咽喉頭炎」など、多くの鼻やのどの病気で粘膜からの粘液の分泌が増えます。

そのなかでも、長く続く後鼻漏のおもな原因となるのは、慢性副鼻腔炎のときにでる鼻・副鼻腔からの粘りのある鼻汁です。慢性の炎症が気管支壁におこるために絶えず痰が多くでる「びまん性汎細気管支炎」は、慢性副鼻腔炎と合併しておこっていることが非常に多く、「副鼻腔気管支症候群」と呼ばれます。

痰がよくでることを主訴として来院される患者さんで、ご本人には後鼻漏の自覚がないということは非常に多いケースです。

このような場合、呼吸器内科で肺や気管支などの下気道病変がないかどうかをチェックしていただくのはもちろんですが、同時に耳鼻咽喉科で後鼻漏の有無を検査することも重要です。

耳鼻咽喉科では鼻鏡検査や鼻咽腔の内視鏡検査で直接鼻の粘膜の状態を観察したり、鼻・副鼻腔のエックス線やCT（コンピュータ断層撮影）検査、鼻汁中の好酸球検査や血液検査でアレルギーの有無や原因を調べます。

どのような病気であっても、治療の第一歩はまず禁煙することです。原因にもよりますが、治療薬として気管支拡張剤、去痰剤、抗生物質やステロイド剤、消炎酵素剤、抗アレルギー剤などが使われます。

慢性副鼻腔炎に対する治療としては、内視鏡下に行う副鼻腔の鼻内手術やマクロライド系抗生物質の少量長期投与法が効果をあげています。

回答者
笠井耳鼻咽喉科クリニック院長
笠井　創

〒152-0035　目黒区自由が丘1-29-14
☎03-5729-4187