



あなたの肺年齢を知りましょう	1ページ
三重病院職場訪問 タケオの部屋④／医療安全管理室からのお知らせ④／やまぼとギャラリー	2ページ
市民公開講座「こどもの健康教室」レポート／医療福祉相談室だより	3ページ
アレルギー教室のクッキング／外来からのお知らせ／外来診察のご案内	4ページ

## あなたの肺年齢を知りましょう

### ■肺年齢が95歳以上と判定された喫煙者■

私の知っている64歳男性の肺年齢を計算すると、以下のような結果でした。

- あなたの肺年齢:95歳以上
- 評価:COPDの疑いあり(要医療/精検査)
- 詳細説明:中等症以上のCOPDの疑い。専門医による再検査が必須です。適切な治療を早期に行う事で症状を改善し、疾患の進行を抑制することができます。

この方は、4年程前から速く歩いたり階段を登った時に、息が切れるようになりました。半年程前から、友人との旅行の時に皆と同じペースで歩けなくなりました。喫煙歴は、20～60歳までの40年の間、1日20本の煙草を吸っていました。

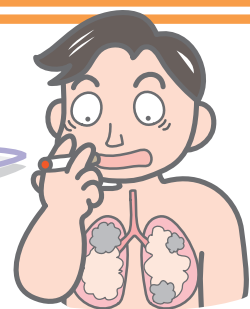
当院呼吸器内科を受診され、COPDと診断、禁煙・運動療法・薬物療法を開始。幸いにも治療の甲斐があって、半年後には息切れはかなり改善して旅行に参加できるようになりました。

「COPD(シー・オー・ピー・ディーと読みます)」は、「慢性閉塞性肺疾患」とも言われます。つい最近まで「肺気腫」や「慢性気管支炎」などと呼ばれていた病気です。主な原因は喫煙で、咳・痰・息切れなどの症状がゆっくりと進みます。そのため、早期の診断には以下に説明する呼吸機能検査が不可欠とされています。



当院で使用している測定機器

喫煙者には  
おすすめ  
です



### ■■■呼吸機能検査で肺年齢がわかる■■■

肺年齢を知るためには、呼吸機能検査を受ける必要があります。この検査で「肺活量」と「1秒量」がわかれば、肺年齢を知ることができます。なお「1秒量」とは、息を最大に吸い込んだ状態から一気にできるだけ早く息を吐き出した時、最初の1秒間で吐き出した量をいいます。

呼吸機能検査は、人間ドックなどで受けることができます。それ以外では、この検査を実施している医療機関を受診する必要があります。この呼吸機能検査は、「スパイロメトリー」(「スパイロ」は「呼吸する」という意味、「メトリー」は「測定手技」という意味)と呼ばれています。また、この測定機器は「スパイロメーター」と呼ばれます。

肺年齢を知ることで、呼吸器疾患の早期発見や禁煙の動機付けに役立つこと間違いなしです。もっと詳しく

知りたければ、インターネットなどの利用をおすすめします。

[呼吸器内科  
筒井 清行(ついきよゆき)]



筆者による実際の測定手技