

# トピックスきよす

愛知県清須保健所情報誌 16号 (平成27年3月)

## ご存知ですか？肺の生活習慣病

# COPD

シーオーピーディー  
慢性閉塞性肺疾患

そのせき、たん、息切れ  
病気かもしれません！



清須保健所管内市町の男性(40歳以上)の喫煙率※は34.8%(愛知県:33.9%)であり、働く人にCOPDについて尋ねたところ「知っている」は10.6%でした(対象者698人)。

COPDは肺の生活習慣病ともいわれ、患者数は全国で約530万人(厚生労働省患者調査)といわれていますが、医療機関受診者は約22万人で、受診していない人が多数いると考えられています。

※喫煙率:平成23年度特定健診・特定保健指導結果調べ

## COPD とはどんな病気？

**タバコ病とも呼ばれています**  
喫煙と深く関係している病気です。  
40歳以上、喫煙者(過去喫煙者)  
はCOPDになるリスクが高い！

**さまざまな病気を合併しやすい！**  
進行すると、全身が衰弱し、  
肺炎・肺がんなどの悪性疾患、  
高血圧や心不全、うつ病、胃  
腸障害、骨粗しょう症などを  
合併しやすくなります。

**日常生活に大きな影響が！**  
進行・悪化すると、自力では呼吸  
が難しくなります。体を動かすの  
も苦しくなるほどです。

## もしかしたら COPD? そう思ったあなたはすぐにチェック!!

1. 過去4週間にどのくらい頻繁に息切れを感じましたか？
  - ・まったく感じなかった [0点] ・数回感じた [0点] ・ときどき感じた [1点] ・ほとんどいつも感じた [2点]
  - ・ずっと感じた [2点]
2. 咳をしたとき、粘液や痰などが出たことがこれまでありますか？
  - ・一度もない [0点] ・たまに風邪や感染症にかかったときだけ [0点] ・1か月のうち数日 [1点]
  - ・1週間のうちほとんど毎日 [1点] ・毎日 [2点]
3. 過去12か月のご自身に最も当てはまる回答を選んでください。  
呼吸に問題があるため、以前に比べて活動しなくなった。
  - ・まったくそう思わない [0点] ・そう思わない [0点] ・何ともいえない [0点] ・そう思う [1点]
  - ・とてもそう思う [2点]
4. これまでに人生でたばこを少なくとも100本は吸いましたか？
  - ・いいえ [0点] ・はい [2点] ・わからない [0点]
5. 年齢はおいくつですか？
  - ・35~49歳 [0点] ・50~59歳 [1点] ・60~69歳 [2点] ・70歳以上 [2点]

禁煙は COPD の最大の予防  
法であり、治療法です！

合計点が4点以上の場合や0~3点でかつあなたが呼吸に問題があると感じている場合は、医療機関を受診し肺の状態を調べてもらいましょう。

何歳であっても禁煙により肺のダメージを減らすことが期待できます。

【タバコに関する相談窓口】健康支援課地域保健グループ



# 危険ドラッグに手を出さないで！

「危険ドラッグ」ってなに？

「危険ドラッグ」は、乾燥植物片等に「麻薬」や「覚せい剤」などの法律で規制されている薬物に似せて合成された化学物質を添加したものです。「危険ドラッグ」は、法律の規制を巧みにくぐり抜け、「合法ハーブ」「お香」「アロマオイル」などと称してお店やインターネットなどで販売されています。

「危険ドラッグ」は、どのような化学物質が含まれているか不明で、心身にどのような悪影響を与えるか分からないため、非常に危険な薬物です。絶対に使用しないでください。

乾燥植物片



粉末



液体



体にどんな影響がある？

健康被害

「嘔吐」「意識がもうろうとする」「幻覚」といった症状のほか「突然暴れ出す」「訳の分からないことを叫び出す」といった異常行動も起こします。

さらには、薬物依存状態となりやめられなくなります。場合によっては、死亡することもあります。

異常行動

依存性

愛知県でも「危険ドラッグ」による死亡事例や、「危険ドラッグ」を使用したものと疑われる自動車運転による事故が発生しています。

「危険ドラッグ」による健康被害などが全国各地で相次いでいます。

平成26年は、「危険ドラッグ」の使用が原因と疑われる死者が、全国で112人にのぼりました(警察庁調べ)。

「危険ドラッグ」対策として、これら商品に含まれているおそれのある化学物質を、医薬品医療機器等法で規定する「指定薬物」として指定することにより、販売、所持等を禁止しています(例：指定薬物所持・使用の場合、3年以下の懲役、若しくは300万円以下の罰金)。

★危険ドラッグは「買わない！」

★危険ドラッグは「使わない！」

★危険ドラッグには「かかわらない！」

担当 環境・食品安全課 環境・食品指導グループ

この情報誌に関するお問い合わせは、愛知県清須保健所 TEL 052-401-2100 まで。