わかりやすいSGタバコクイズ

パート11（COPD編）

問題 タバコを吸っていると、本人や周囲の人はCOPDになりやすいでしょうか？

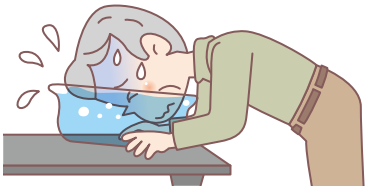
答え **COPDになりやすいです。**

解説 COPDはタバコ病ともよばれる慢性閉塞性肺疾患です。
肺に炎症が起こり、息が出しにくくなる病気です。
(COPD：Chronic Obstructive Pulmonary Disease)
最大の原因は喫煙であり、喫煙者の15～20%がCOPDを発病します。
世界では、死因の第3位です。

■COPDセルフチェック

- □ 1日に何度も咳をする
- □ 1日に何度もたんが出る
- □ 同年代の人に比べて息切れしやすい
- □ 40歳以上である
- □ 現在タバコを吸っている、または以前吸っていた

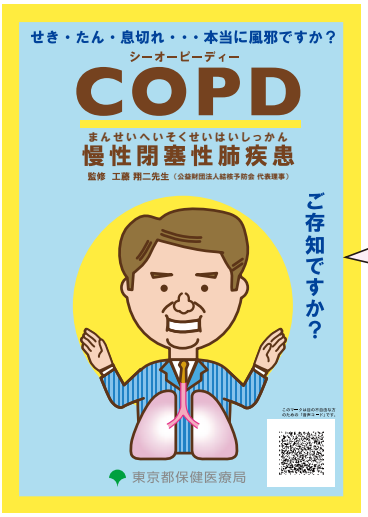
※3つ以上該当する場合はCOPDの可能性が高いです。
呼吸器内科へご相談ください。



COPDになると、普通に息をしていても、まるで洗面器に顔をつけているみたいな苦しさを伴います。
悪化すると、酸素吸入（ボンベ）が必要になります。

世界保健機関(WHO)が発表した
2000年～2019年の20年間の
「世界の死因トップ10」

1位：虚血性心疾患
2位：脳卒中
3位：慢性閉塞性肺疾患(COPD)
4位：下気道感染症
5位：新生児疾患
6位：気管がん・気管支がん・肺がん
7位：認知症
8位：下痢症
9位：糖尿病
10位：腎臓病



詳しく知りたい方は、
東京都保健医療局の
サイトをご覧ください。

COPD（慢性閉塞性肺疾患）を予防するには、禁煙が一番の近道です！

自分のため、家族のため、そしてお客様のために、禁煙をしてみませんか？

この機会に禁煙を考えてみませんか？

禁煙に関するご相談は、健保保健師へ フリーダイヤル 0120-81-3433（平日8時30分～17時）