



## 「風邪の治りが悪いのは高齢だから…」

### もしかしたら他の病気かもしれません。

病気やケガなど、身体の不調に関する自覚症状について、例えば75歳以上の男性では腰痛や肩の痛みなどに次いで、咳や痰の不調を訴える人が多いといわれています。その数なんと10人に1人。高齢女性も咳や痰の不調を感じる方が多くいるとされています。



### **数週間続く咳や痰は風邪以外の可能性があります。**

長引く咳や痰、市販の飲み薬を飲んでも改善されない場合は、医師の診察をおすすめいたします。痰が出るか出ないかについては、病気の種類を判断するうえで大切な材料になります。医師の診察を受ける際に質問されることもありますので、日頃より痰や咳の様子をチェックしておきましょう。

### 》》》 風邪以外の咳や痰の症状で考えられる病気は？

- 感染後咳嗽(がいそう) →風邪をひいたことが原因になって気管支炎となり咳が続く。
- 咳喘息 →呼吸機能はほぼ正常だが咳が続く症状。のちのち気管支喘息となる危険性あり。
- 逆流性食道炎 →胃酸等が胃から食道に逆流することによって炎症が起きたり、刺激により咳がでる。
- 慢性閉塞性肺疾患(COPD) →慢性気管支炎や肺気腫などの総称をいう。長期間による喫煙習慣などが原因。
- 肺がん →初期は咳や痰、発熱など風邪のような症状が続く。

**冬は空気の乾燥やウイルス、細菌の増加で体調を崩しがちです。**

**訪問看護では日常生活の援助や医療行為を行っています。**

**ご不安な事がございましたら当ステーションまで是非ご相談ください！**

#### 管理者のつぶやき



すっかり秋も深まり、紅葉シーズン到来ですね。各地で見ごろを迎えています。紅葉もいいのですが、私としては…やっぱり柿ですね。今年は豊作な様で、毎日美味しいいただいており、幸せな秋を過ごしています。しかし、柿の食べ過ぎは禁物。みなさん、「柿胃石症」という言葉をご存知ですか？私も、数年前に知ったのですが、柿の食べ過ぎにより、胃の中に結石ができる病気です。柿の渋みの主成分・シブオールが胃の中で酸などと合わさり、周りの食物繊維などを巻き込んで石ができてしまうものです。医師の話では、一日1個か2個がベスト。食べすぎに注意して、ビタミンCやカリウムが豊富な柿を、この秋も美味しくいただきましょう！