

# Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)

COPD is a group of lung diseases that block the flow of air as you breathe out or exhale. Some of the most common diseases include:

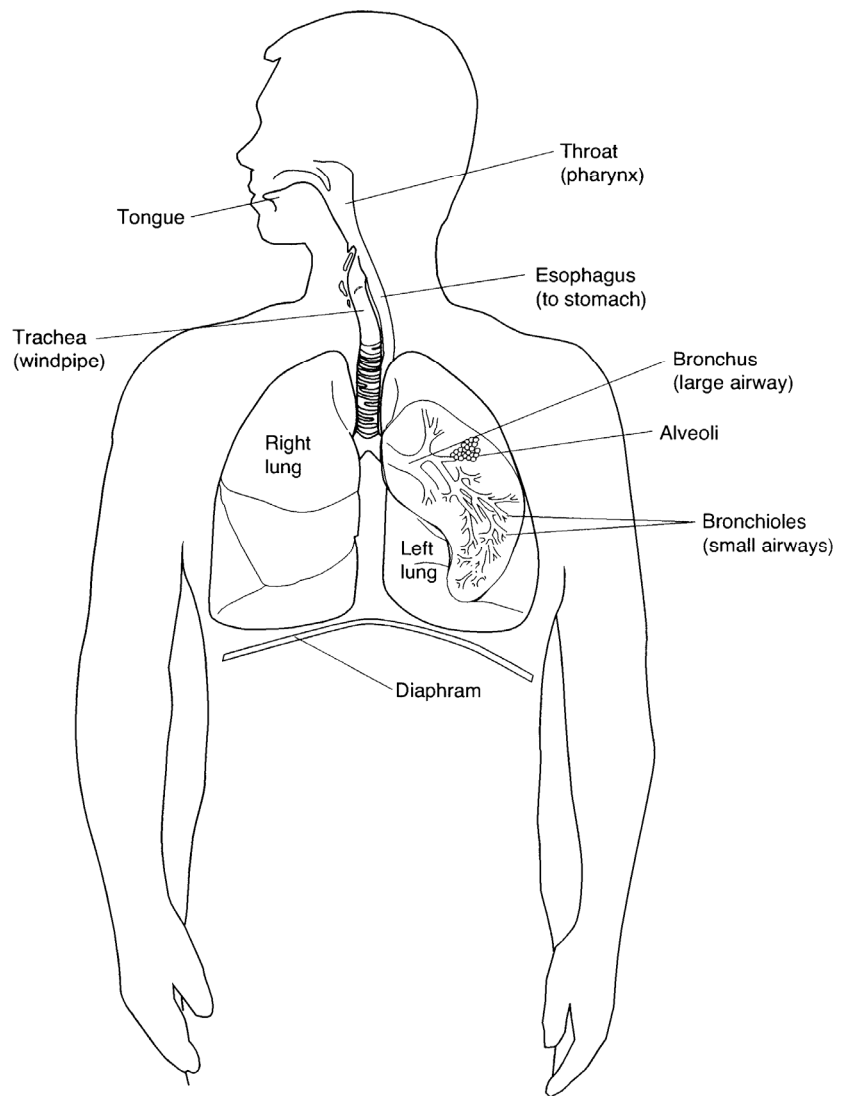
- Emphysema
- Chronic bronchitis
- Asthma

Air needs to move in and out of your lungs to meet your body's needs. When the flow of air out of the lungs is blocked, stale air becomes trapped in the lungs. This makes it harder for the lungs to get enough oxygen to the rest of the body.

## **Causes**

The leading causes of COPD are:

- Smoking
- Working in a polluted environment
- Second hand smoke



# 慢性閉塞性肺疾患 (COPD)

COPD とは、息を吐き出すときに空気の流れを阻害する肺疾患の総称です。よく認められる疾患は以下のようなものです。

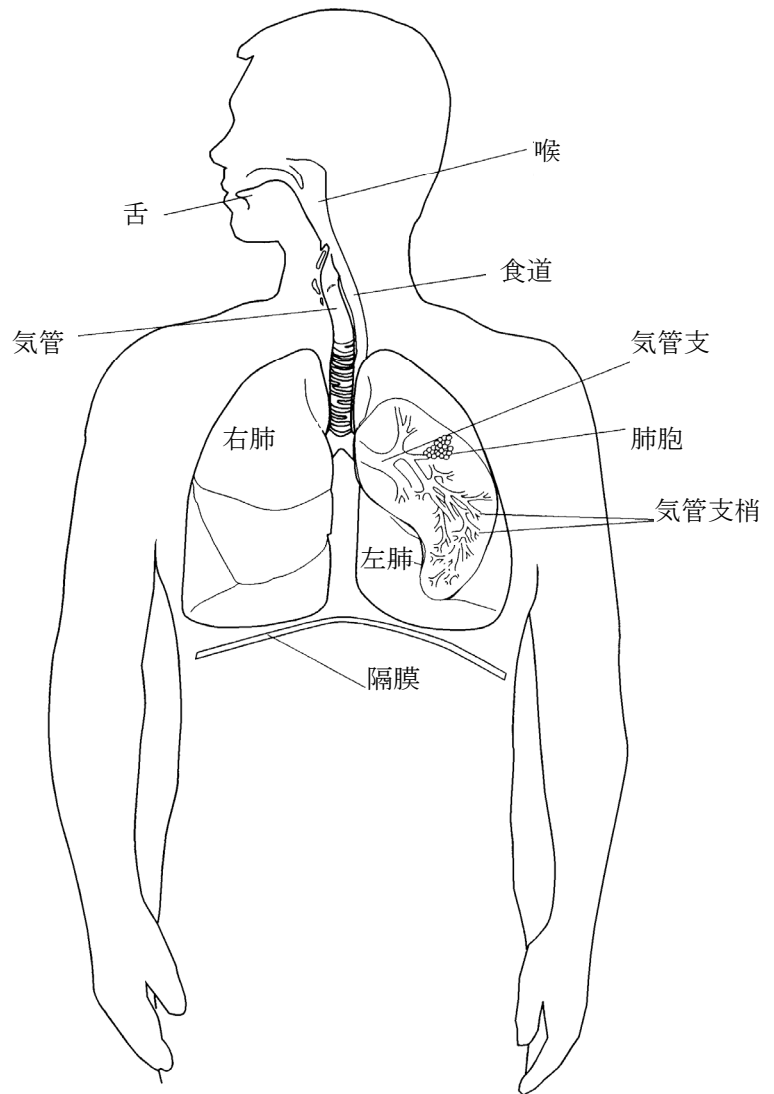
- 肺気腫
- 慢性気管支炎
- 喘息

体が必要とする空気は肺に入り、また出て行きます。肺から出る空気の流れが阻害されると、肺に古い空気がたまることとなります。この状態では体が必要とする量の酸素を肺に取り込むことが困難になります。

## 原因

COPD を誘発する原因は以下のとおりです。

- 喫煙
- 空気が汚染された場所での労働
- 受動喫煙



## **Signs**

The signs of COPD are:

- Coughing
- Wheezing
- Feeling short of breath

These signs can be serious enough to affect your daily activities.

## **Your Care**

Your doctor will do a medical exam and order tests such as:

- Chest x-ray
- CT scan
- Blood test
- Pulmonary function test

The damage to your lungs from COPD cannot be reversed and there is no cure. With the help of your health care team, you can manage the disease to slow its progress. To manage your COPD:

- Stay active.
- Quit smoking.
- Maintain a healthy weight.
- Eat a balanced diet.
- Drink a lot of fluids.
- Control stress.
- Take your medicines such as inhalers, steroids and antibiotics as ordered.
- Do home oxygen therapy if ordered.
- Attend a pulmonary rehab program to learn about COPD and exercise to improve your health.

**Talk to your health care team about your questions and concerns.**

## 症状

COPD の症状は以下のとおりです。

- 咳
- 喘鳴
- 息切れ

これらの症状が重度になると、日常生活に支障が出る場合があります。

## 治療

医師が以下のような検査を指示します。

- 胸部 X 線撮影
- CT スキャン検査
- 血液検査
- 肺機能検査

COPD による肺への損傷は回復せず、治療法もありません。治療チームの協力のもと、病気を管理して進行を抑えることは可能です。

COPD を管理するには、以下の点に留意しましょう。

- 体を動かします。
- 禁煙します。
- 健康的な体重を維持します。
- バランスのとれた食生活を実行します。
- 水分を大量に摂取します。
- ストレスを抑制します。
- 吸入剤、ステロイド剤、抗生物質などの薬は指示に従い服用します。
- 必要に応じて在宅酸素療法を実行します。
- 呼吸リハビリテーションプログラムに参加して COPD について知識を習得し、健康改善のために運動します。

**質問や不明な事項があればヘルスケア担当者に相談してください。**

2/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center, and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.com](http://www.healthinfotranslations.com).

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Japanese.