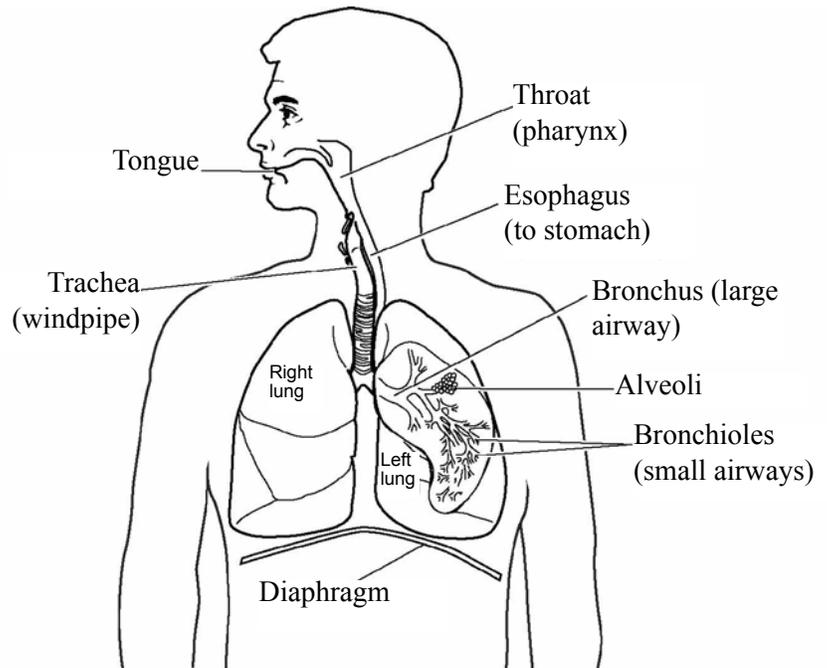


Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)

COPD is a common lung disease. There are 2 main types of COPD:

- **Emphysema** involves the alveoli or small air sacs being irritated. Over time the air sacs get stiff and will not let oxygen into and carbon dioxide out of your blood.
- **Chronic bronchitis** involves the large and small airways getting swollen and full of mucus. The mucus can block the airways and make it hard to breathe.



Many people with COPD have both types.

This disease develops over years. Treatment can ease signs and keep the disease from getting worse.

Causes

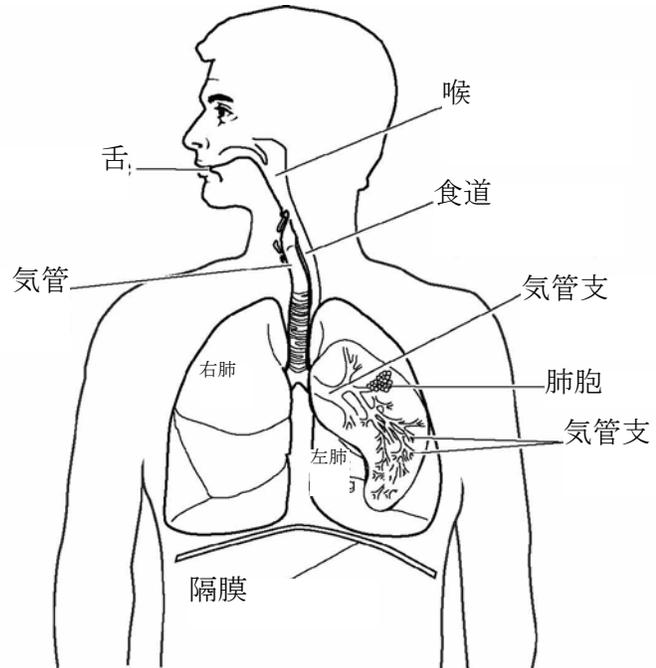
The leading causes of COPD are:

- Smoking
- Working in a polluted environment where you breathe in large amounts of dust, fumes, smoke or gases
- Second hand smoke

慢性閉塞性肺疾患 (COPD)

COPD は一般的な肺疾患で、主に以下の 2 種類があります。

- **肺気腫**：肺胞（小さな気嚢）が炎症を起こします。時間とともに気嚢が硬くなり、血液との酸素および二酸化炭素の交換ができなくなります。
- **慢性気管支炎**：気管支および細気管支が拡張し、粘液で満たされます。この粘液が気道を閉塞して、呼吸困難を生じさせます。



COPD の患者の多くが、これらの両方を発症します。

症状は徐々に進行しますが、治療によって症状を緩和し、悪化を抑えることが可能です。

原因

COPD を誘発する主な原因は以下のとおりです。

- 喫煙
- 多量の埃や煙、煤煙、ガスを多量に吸引する空気が汚染された場所での労働
- 受動喫煙

Signs

The signs of COPD are:

- Ongoing cough with or without mucus
- Wheezing
- Feeling short of breath that gets worse with activity
- Chest tightness

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:

- Pulmonary function test to see how well your lungs are working
- Chest x-ray
- CT scan
- Blood 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.

症状

COPD の症状は以下のとおりです。

- 慢性的な咳（粘液を含む場合とそうでない場合がある）
- 喘鳴
- 体を動かすと共に悪化する息切れ
- 胸部の圧迫感

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。

- 肺の動きを調べるための肺機能検査
- X線撮影
- CT スキャン
- 血液検査

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。

- 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.
- Get a flu shot each year and talk to your doctor about getting a pneumonia shot.
- Get treatment right away if you get a cold or other infection in your nose or lungs.

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

- ストレスを抱えないようにします。
- 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。
- 毎年インフルエンザ予防接種を受け、肺炎球菌ワクチンの接種について主治医と相談します。
- 風邪をひいたり、鼻や肺が感染症を起こした場合、直ちに治療を受けるようにします。

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。

2007 – 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD). Japanese.