

## 油断大敵 “夏かぜ”

# かぜの症状が 続くとき

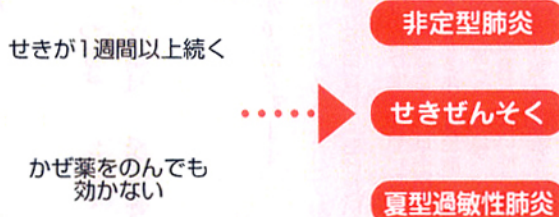
中田 紘一郎  
東邦大学医学部教授

### ポイント

- 夏かぜの症状が1週間以上続くときは、別の病気を疑う。
- 夏かぜと間違えやすい病気に「非定型肺炎、せきぜんそく、夏型過敏性肺炎」などがある。
- 症状を詳しく説明して、正しい診断を受ける。



### こんなとき、夏かぜ以外の病気が疑われる



### ●かぜ以外の病気を疑うとき 夏かぜは、1週間以内に 症状が治まる

夏には、「外は暑いのに、建物の中は、エアコンで冷えて乾燥している」など、温度差などによって体調を崩し、かぜをひくことがあります。

通常のかぜなら、かかっても、1週間以内で治るものです。ところが、かぜと思っ

ても、なかなか症状がとれず、受診したところ実際はかぜではなかった、ということがあります。

次のような場合には、かぜとは違う別の病気にかかっていることも考えられますから、医療機関を受診してください。

▼せきが1週間以上続く……かぜによるせきは、通常、1週間以内に治ります。せきが1週間以上続く場合は、かぜ以外の病気でもせきが起こっている可能性があります。

### ●非定型肺炎 マイコプラズマが原因で 空せきが続く

●原因  
非定型肺炎の原因となる病原微生物にはいくつか種類がありますが、最も多いのが「マイコプラズマ」です。

「マイコプラズマ肺炎」は、ウイルスより大きく、細菌より小さい病原微生物によって起こる肺炎です。

マイコプラズマは、感染力が強く、家族の1人がかかると、ほかの家族にもうつる

ことがよくあります。かかりやすいのは、子どもから中年までの人で、お年寄りがかかることはまれです。

●症状  
「空せき」が特徴で、夜眠れなくなることがあるほどです。また、38℃以上の熱を伴います。

●診断  
エックス線による画像で診断します。細菌性の肺炎の場合は、一般に白くはっきりした影が写りますが、非定型肺炎では、すりガラスのような淡い影が写るのが典型的とされています（左の囲み参照）。

### 非定型肺炎とは

- 小児～中年に多い、お年寄りは少ない。
- 症状 頑固な空せき、高熱
- 原因 マイコプラズマ（感染力が強い）
- 治療 マクロライド系抗生薬の服用



マイコプラズマ  
(電子顕微鏡)

(写真提供：荒井澄夫)

マイコプラズマは、ウイルスでも細菌でもない病原微生物で、ウイルスと細菌の中間の大きさをして

### 非定型肺炎



肺の下のほうに淡い影が写っている。

### 細菌による肺炎



肺の中央あたりに濃い影が写っている。

### ●せきぜんそく かぜがきつかけで いがらっぽいせきが続く

### ●原因

「せきぜんそく」は、いわゆる「ぜんそく」と同じように、アレルギー反応が原因で起こります。かぜをきっかけに起こることが多く、エアコンの冷たい空気や、ほこり、たばこの煙なども誘因となります。若年層から中年層に多い病気です。

エックス線画像で診断がつきにくい場合は、血液検査で白血球の数を調べます。白血球は、細菌性の肺炎では増加しますが、非定型肺炎では通常、増加しません。

白血球の数と、「非定型肺炎は、細菌性の肺炎よりせきが多く、若い世代がかかりやすい」という点を考慮して、診断が行われます。

### ●治療

細菌性の肺炎に使われるセフェム系、ペニシリン系の抗菌薬は、非定型肺炎では効果がありません。非定型肺炎には、マクロライド系の抗菌薬が有効です。約2週間の服用で改善します。



中田 祐一郎  
なかた けいいちろう



●水回りは清潔に  
「湿気が多く、気温の高い日本の夏は、カビの繁殖には絶好の環境です。生えているカビが、トリコスポロンか、それ以外のカビかは、肉眼では見分けられません。水回りなど、カビの生えやすいところは、掃除を兼ねてときどきチェックしたり、風を通

して、カビを予防したいですね。畳の上には、敷物を敷くことは勧められません」  
●禁煙しましょう  
「5月に「健康増進法」が施行され、私鉄のホームなど、全面禁煙になったところが多いようです。喫煙は、がんの発症を高めたり、肺炎、腫など呼吸器の病気を引き起

します。また、かぜが治りにくくなったり、肺炎にかかりやすくなりますから、これを機会に、禁煙を心がけたいですね」  
●経歴  
1944年生まれ。68年順天堂大学医学部卒業。01年より現職。専門は、呼吸器疾患  
東邦大学医学部付属大森病院（呼吸器内科）  
〒143-8541 東京都大田区大森西6-11-1

### 夏型過敏性肺炎とは

#### 症例

**Aさん**  
(40歳・女性)  
●空せきと微熱が数週間前から続く。  
●旅行すると、症状は治まるが、帰宅すると再発する。



**Bさん**  
(51歳・女性)  
●せきが1か月前から続く。  
●階段の上り下りで息切れがする。  
●全身がだるい。

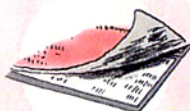
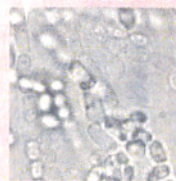


●原因 トリコスポロン(カビ)によるアレルギー反応

●治療 カビの除去  
ステロイド薬(内服)

トリコスポロン

(写真提供: 安藤正幸)



台所のシンク(流し台)の下の木が腐ったところや、敷物の下の畳に生えやすい。

と、夏型過敏性肺炎であると診断されます。

●治療  
原因となるカビの除去が重要です。水回りや畳などのカビを除去したり、エアコンのフィルターを掃除するだけで、症状が軽

くなったり、治まったりします。

また、薬物治療も行われます。ステロイド薬を、軽症の場合は約1週間、重症の場合は2〜3週間服用します。短期間の服用なので、通常、副作用はほとんどありません。

#### ●受診の注意

### 症状を詳しく説明して正しい診断を受ける

非定型肺炎、せきぜんそく、夏型過敏性肺炎などは、かぜと間違われることがよくあります。

正しい診断を受けるためには、「どんなせきが、どんなときに出るか」「いつごろから、せきが出ているか」など、医師に詳しい症状を伝えることが重要です。

特に、カビが原因で起こる夏型過敏性肺炎は、まだあまり知られていない病気で、見過ごされて、適切な治療が受けられないケースも少なくないと考えられます。

かぜのような症状が続いて、なかなか診断がつかない場合などは、呼吸器の専門医を受診するとよいでしょう。

### せきぜんそくとは

- 若年層〜中年に多い
- かぜがきっかけになりやすい
- 症状 いがらっぱいせきが長く、熱は出ない
- 原因 アレルギー反応
- 誘因 エアコンの使い過ぎ、ほこり、たばこの煙など
- 治療 吸入ステロイド薬、抗アレルギー薬、気管支拡張薬
- 注意 ぜんそくへの移行、再発を繰り返す

#### ●症状

いがらっぱいせきが続きます。一般的にぜんそくでは、息がゼイゼイしたり、呼吸が苦しくなりますが、せきぜんそくでは、せきが主な症状となります。せきは、話そうとしたときに、のどが刺激されて出るなど、何らかの刺激によって起こりやすいのが特徴です。なお、熱は出ません。

#### ●診断

前述の症状(慢性のせきのみ)と、「気道過敏性試験」で診断します。

#### ●治療

「吸入ステロイド薬、抗アレルギー薬、気管支拡張薬」などによって治療します。このうち中心となるのが、吸入ステロイ

携帯用の吸入器



スイッチをスライドさせると、1回分の薬が吸い込み部に補給される。吸い込み部に口を当て、スーと息を深く吸い込むと、薬が気管支に入る。小さいので、携帯にも便利。

下薬です。吸入ステロイド薬は、通常、朝晩1回ずつ吸入しますが、重症の場合には、朝晩2回ずつ吸入することもあります。

気管支粘膜から血液中へ入るステロイド薬は微量なので、長期に服用しても副作用の心配はほとんどありません。

せきぜんそくは、適切な治療をしないと、本格的なぜんそくへ移行したり、再発を繰り返すことがあるので、注意が必要です。

#### ●夏型過敏性肺炎

### 家の中のカビが原因でせきや息切れが起こる

#### ●原因

「夏型過敏性肺炎」は、家の中に生じた

#### ●症状

せきが続いて、息切れや微熱、倦怠感などを伴うことがあります。旅行などで家を離れると、症状が軽くなり、帰宅すると再び症状が現れます(65ページの囲み参照)。

#### ●診断

治療を行わなくても、自宅から離れて入院しただけで症状が軽くなる場合には、夏型過敏性肺炎が疑われます。確定診断には、エックス線検査と血液検査が必要です。エックス線画像で、間質性肺炎の淡い影が認められ、血液検査でトリコスポロンの抗体があることが認められる

\*気道過敏性試験 気道収縮薬(メサコリン、アセチルコリンなど)の吸入により、気道の収縮反応をみて、気道の過敏性を判定する検査。気道収縮薬の吸入は、低濃度から開始し

て次第に濃度を上げる。せきぜんそくでは、気道過敏性の亢進が見られる。



# Q&A

## 油断大敵 夏かせ

**Q** 5歳と8歳の子どもは、毎夏、夏かせをひきます。冬のかぜより長引き、のどを痛がり、食欲がなくなります。対処法、予防法を教えてください。

**A** 夏かせには、予防接種も特効薬もありません。対処法としては、

解熱薬の使用や水分補給など対症療法を行って、自然と治るのを待ちます。予防法は、家族全員で手洗いを励行してください。

夏かせに対する免疫は、10歳ころまでにほぼできあがります。お子さんも、これからはだんだんと夏かせをひきにくくなるだろうと思います。

(回答・荻谷憲夫)

**Q** 先日、もうすぐ3歳の息子が、39℃近くの熱を出しました。のどに発疹ができ、痛がつて食事をとれませんでした。解熱薬を使っても、あまり熱は下がらなくて、大変つらそうでした。そんなときは、続けて解熱薬を使ってもよいのでしょうか。

**A** 症状からすると、お子さんの熱は、夏かせの「ヘルパンギーナ」によるものと思われるます。解熱薬は、平熱まで熱を下げたり、病気を根本的に治すものではありません。一時的に多少熱を下げて、その間に睡眠や栄養、水分をとり、体力

の消耗を防ぐために使われます。子どもの場合、一般に38・5℃以上に熱が上がると、元気がなくなるときに使われます。普通は、38℃前後まで下がれば、つらさがとれて、食事などができるようになります。

**A** 使用方は医師の指示によりますが、一定時間をあけるなど適切な使い方をすれば、続けて使ってもかまいません。なお、子どもには、アセトアミノフェンを主成分とする解熱薬を使います。安全のため、大人用の解熱薬は使わず、小児科で処方されたものを、医師の指示どおりに使用するようにしてください。

**Q** 夏かせをひき、微熱が続いています。最初はせきだけだったのが、だんだん息苦しくなってきました。かぜ薬や抗菌薬をのんでもよくありません。

**A** かぜ薬や抗菌薬が効かないこと、また、息切れがあることから、かぜではなく、肺に何らかの病変が

(回答・荻谷憲夫)

ある可能性があります。エックス線撮影で間質性肺炎の所見が認められれば、「夏型過敏性肺炎」も考えられます(64ページ参照)。

これは、特殊なカビによって起こるもので、呼吸器の専門医を受診する必要があります。なお、台所などの水回りや、敷物の下の畳などにカビが生えていないかどうかをチェックしてください。

(回答・中田紘一郎)

**Q** 春先にかぜをひき、夏になっても治りきらな

いのか、思い出したようにせきが出ます。ほかの症状はありません。せき込み始めるとしばらく止まりません。これは、かぜでしょうか、ほかの病気ででしょうか。

(回答・中田紘一郎)

**A** 何か月もせきが続いているので、かぜをきつ

かけに「せきぜんそく」が起こっている可能性が考えられます(63ページ参照)。せきぜんそくなら、吸入ステロイド薬による治療が必要です。専門医の受診をお勧めします。(回答・中田紘一郎)