



# COPD

シーオーピーディー

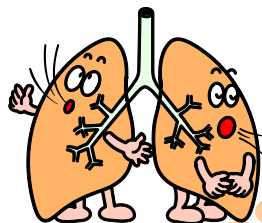
**(慢性閉塞性肺疾患)****を知っていますか？**COPD は主に長期間の**喫煙**や**受動喫煙**に関連して起こる**肺の病気**です

## 知る・気づく

## ご存じですか？ COPD

### 【COPD の主症状】

- 慢性のせき・たん
- 体を動かしたときの息切れ
- 呼吸困難 など

**その症状****COPD かも！**

ゆっくり進行するため「年のせい」と感じ症状を自覚しにくいので注意が必要です

## 早期受診・診断・治療

## 早めの受診をお勧めします

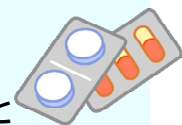
### 【かかりつけ医に相談】

- 気になる症状がある場合は  
かかりつけ医に相談しましょう
- 専門的な検査を受ける場合は、呼吸器科を受診したり、かかりつけ医の紹介を受けましょう



### 【代表的な治療】

一度失われた肺機能を元に戻すことは困難ですが、治療により進行を抑えたり、症状を和らげることができます。

**薬物療法** 薬で気管支を広げたり、炎症を抑えたり、たんを出しやすくする治療**酸素療法** 体に十分な酸素を取り入れられない場合は酸素を持続的に吸入する治療**呼吸リハビリテーション** 息切れや運動機能を改善するための呼吸法を学ぶ治療

## 重症化予防と健康管理

## 今日から取り組めることがあります

COPD をそのまま放置すると、フレイル(虚弱な状態)へと進み、寝たきりにつながることもあります。体力を保ち、症状の悪化を防ぐため、栄養バランスのとれた食事と、適度な運動を心掛けましょう。



&lt;QRコード&gt;

喫煙者はまず

**禁煙**症状があれば  
早めの**受診**これからも  
元気で過ごすために**フレイル  
予防**

禁煙、栄養・運動などに関する情報は市ホームページ(健康づくり)もご活用ください！

伊勢市健康福祉部健康課