



さて、今日は長引く咳について少しお話をしてみようと思います。

今まで、お子さんの咳が1ヶ月から2ヶ月続いたことはありませんか？

薬を飲んでもなかなか治まらず、いつになったら治るんだろう？って疑問に思いながら通院を続けたことのある方はいっぱいいると思います。軽い風邪ならば多くは2週間以内に咳は落ち着いてきます。しかし、子供は元々咳の反射が強いこと、まだ痰を上手に出せないなど、いろいろな原因で長引いてしまうのです。まず、気道の炎症が強くなると、しばらくは気道が過敏な状態が続いてしまいます。気道が過敏な状態が続く間（1ヶ月程度）はちょっとした刺激（冷たい空気、乾燥した空気、運動）などでもすぐに咳き込んでしまいます。喘息を持っている子供の場合は、特にこの気道が過敏な状態を常に持っている可能性があり、長引きやすいです。しかし、咳が長引くから喘息というわけではありません。咳が長引く子の一部が軽い喘息を持っている可能性があるんです。このような時は喘息の時に使うようなお薬を使うと、気道の過敏な状態を早くもとに戻す作用もあり、落ち着いてくることがあります。

次は、副鼻腔炎です。鼻の奥は、目の下の空洞ともつながっており、とても広いんです。その副鼻腔で炎症を起こし、膿が貯まると、蓄膿と呼ばれたりします。副鼻腔炎の原因は風邪やアレルギーがほとんどですが、鼻の奥がグジュグジュしており、咳が長引く時には副鼻腔炎の可能性もあります。顔のレントゲン写真を撮り、診断することもあります。治療は、抗アレルギー剤や、点鼻薬、マクロライド系抗生剤の少量投与を続けることなどがあります。

他にはマイコプラズマ感染症、クラミジア感染症（性感染症のクラミジアとは違います）も多く、咳が平均で30～45日続き、途中で微熱が続いたり、一部の人は高熱が出て肺炎をおこします。この時はマクロライド系等の一部の抗生剤を使用することで症状が早く改善することがあります。最近報告が増えているのが、百日咳です。典型的な小さい子供の百日咳は特徴的な咳が出るのでわかりやすいのですが、ワクチンを接種している人でも、百日咳が原因で咳が続く人が多いのでは？という論文がいくつか出ています。

この論文に関しては一部百日咳の診断方法に疑問も残り、今後の更なる検査が必要と思われます。それと、集団生活です。特に乳幼児の保育園ですが、免疫が無い間の集団生活であり、常に風邪の菌やウイルスがいっぱいの環境にいと、風邪が治ってきたと思って登園すると、2、3日で再び咳、鼻水が出てきて、熱が出てきてしまいます。これはある程度大きくなるまで仕方がないのですが、一部の子供たちは、2、3ヶ月は咳、鼻水が全然治らず、1ヶ月に2、3回熱を出してしまいます。統計的には、このような子供の多くは小学校に上がってからはほとんど風邪を引かなくなる様です。しばらくは我慢ですが、頑張りましょう。比較的多い物を並べてみましたが、最初の咳が出始めた段階で全ての鑑別ができるわけではありません。一般的な短期間の風邪なのかどうか、ひとつの見極めは2週間以上咳が続くかどうかです。2週間以上長引く時にはいろいろな原因を考えて検査、治療を行います。この秋も咳が長引いている子供が多いですが、頑張りましょう。