

愛知・岐阜での喘息デー(ほむらの会会報から)

第17回喘息デーすとりー

新型インフルエンザ流行の兆しの中、9月27日(日)春日井市東部市民センターで第17回喘息デー「喘息レベルアップ講演会」を開催した。一般の方、わかさぎ会、ぶどうの会、ほむらの会から55名の参加をみました。南生協病院諏訪和志先生、あいち小児保健医療総合センター尾辻健太先生の講演会、パネルディスカッション、個別面談を行った。病んでいる人良くなっている人真剣に講義に向き合い有意義な一日を過ごしました。その流れを時間を短縮してみました。

たいむてーぶる

- 10:00 開会オープニング
- 10:20 諏訪和志先生最新の喘息治療講演
- 12:00 リラックス体操、昼食
- 13:00 尾辻健太先生の喘息基調講演
- 13:30 パネルディスカッション
- 14:50 閉会

最新の喘息治療 諏訪和志 先生 トータルコントロールを目指して

毎年喘息治療は進化していく。今日は、三つの柱を中心にお話します。喘息を持っていても全速力で走れる体になります。アスリートでスケートの清水、水泳の鈴木、陸上の浅原の各選手は喘息をコントロールし世界一流の選手になりました。皆さんも必ず良くなります。それには喘息を理解することです。



喘息をもう一度よく知ろう

- ・喘息はコントロール可能でよくなる
- ・喘息は気道の炎症により起こる病気である
- ・気道の炎症は原因因子と増因因子により気道粘膜が刺激を受け気道が狭くなり発作となる
- ・気道炎症が無くなり発作が起きなくなっても気道のリモデリングに注意すること
- ・良いコントロールは気道の炎症を抑える
- ・症状が安定していても規則正しく薬を使用する
- ・アレルギーの原因風邪の予防ストレスを避ける

上手なコントロール法

- ・喘息日誌、PF値、喘息コントロールテスト(ACT)を行い自分の調子を見る
- ・薬物を正しく理解し主治医と相談して使用する
- ・心のコントロール特にストレスを溜めない
- ・自分が主治医を再認識する

最新治療薬の紹介

- ・薬物治療薬を正しく理解する
- ・吸入ステロイド薬(コントローラ) + 吸入気管支β拡張剤(リリーバ)の合剤が主流である
- ・薬物治療は吸入ステロイドが基本である。吸入ステロイド薬には2種類ある
 - 定量噴霧式: キュパール、オルベスコ、フルタイド
 - ドライパウダー式: パミルコート、アドエア、フルタイド
- ・気管支拡張β刺激薬は上手に使う
 - 1日4回を限度に軽い発作時に吸入する
- ・新薬について
 - アズマネックス・ツイストヘラー
 - 新しい吸入ステロイド薬で、吸入力の弱い人も気道の抹消まで届く
 - シムビコート
 - パルミコートと長時間作用気管支拡張剤フォルモテロールの合剤
 - 日本では今年末に発売予定
 - ゾレア
 - IgE阻害薬で皮下注射でアレルギー反応を抑える薬

【尾辻健太先生の喘息闘病と喘息治療の基調講演】・喘息大学に出会い人生が変わり喘息も順調にコントロールできている。・薬物治療、体力作り、環境、信頼関係。・主治医は自分、皆さんもよくなります。

【諏訪先生、尾辻先生と近藤美子さん司会によるパネルディスカッション】近藤さんの絶妙な司会。喘息体験、新型インフルエンザなど多彩なお話。



オープニングの安里屋ユンタを皆で踊りリラックス