



COPD (慢性閉塞性肺疾患)

聖マリアンナ医科大学呼吸器内科 峯下昌道

COPDという病気のことをご存知の方はまだ少ないのではないかと思います。COPDはタバコの煙等の有害なガスを何年間も吸い続けることで気管支から肺に炎症がおきて、慢性気管支炎（咳や痰が長く続く）や肺気腫（肺が壊れてスカスカになった状態）になってしまいう病気です。日本では過去の高い喫煙率を反映して500万人以上の患者さんがいると推測されています。放っておくと徐々に呼吸機能が悪化して死に至る患者さんもある、実は大変な病気なのです。

長年タバコを吸っていて最近咳や痰、動いた時の息切れが強くなった方は病院に行きましょう。COPDの可能性があります。確定診断には肺活量等を測定する呼吸機能検査が必須で、X線やCTなどの画像所見も参考にされます。

COPDの原因は喫煙ですから、治療の基本は禁煙です。「難しい」とおっしゃらずに、禁煙外来や様々な禁煙グッズを駆使してぜひ取り組んでください。またCOPDは風邪をきつかけに呼吸が急速に苦しくなることがありますから、手洗い、うがい、人ごみでのマスク着用等、



感染防止に気を配ってください。インフルエンザや肺炎球菌ワクチン接種もお勧めです。

お薬を使った治療は気管支拡張薬の吸入が中心です。飲み薬と違い、器材を使うので少し面倒かもしれませんが、吸入方法を習って指示通りにきちんと吸入を継続することがお薬の効果を得るためには最も大切な事です。

お薬以外にも運動療法、栄養療法が大切で、酸素が足りなくなった場合には在宅酸素療法も行われます。

このようにCOPDには症状を和らげ生活を支えていく様々な治療方法がありますので、心配な方はぜひ受診してみてください。

暮らしと 国民年金保険料の納付は 「口座振替で2年前納」が便利でおトク!

申問 佐原年金事務所 ☎0478 (54) 1442 市民課 ☎(24) 8956

国 国民年金保険料が割引される、お得な前納制度。現金やクレジットカードでも前納できますが、1番お得なのは口座振替です。

区分	納付方法	納付額/1回	割引額
2年前納	口座振替	378,320円	15,640円
	現金・クレジットカード	379,560円	14,400円
1年前納	口座振替	193,730円	4,150円
	現金・クレジットカード	194,370円	3,510円
6か月前納	口座振替	97,820円	1,120円
	現金・クレジットカード	98,140円	800円
1か月前納 (当月末)	口座振替	16,440円	50円
	現金・クレジットカード	16,490円	—
毎月納付 (翌月末)	口座振替	16,490円	—
	現金・クレジットカード	16,490円	—

※納付額と割引額は平成29年4月現在の金額

メリット1 最大 **15,640**円割引(平成29年4月現在)

メリット2 口座振替で **納め忘れなし**

申込方法 金融機関(ゆうちょ銀行含む)へ直接か年金事務所(郵送可)へ申し込み。申込みから口座振替開始までは2か月程度かかります。

申込期限 **2月28**日(水)(1、2年前納と6か月前納の上期分)

手続きに必要なもの

- ▶基礎年金番号のわかるもの(年金手帳、納付書など)
- ▶金融機関の通帳・届出印

