



監修 日野 光紀 さん  
日本医科大学呼吸ケアクリニック所長

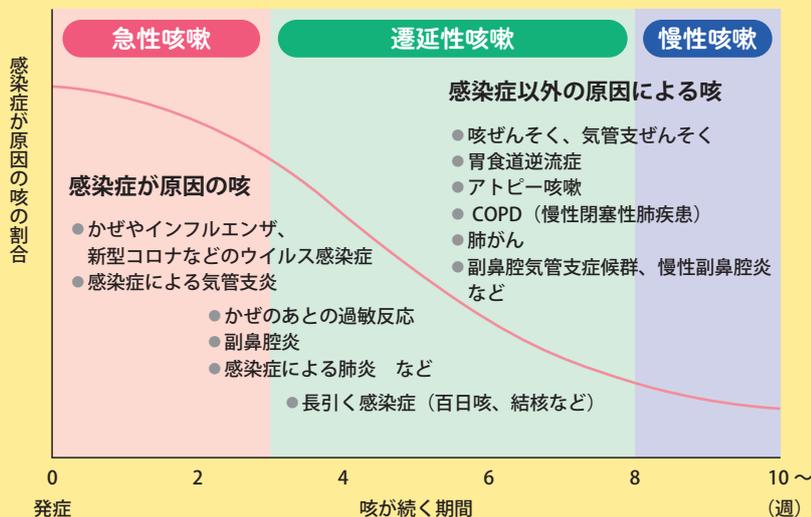
ひの・みつのり 日本医科大学卒業。埼玉県立がんセンター呼吸器内科医長、日本医科大学千葉北総病院呼吸器内科教授・感染制御部部长、同院副院長を経て現職。日本医科大学呼吸器内科学教授を兼任。日本呼吸器学会呼吸器専門医・指導医・元評議員、日本内科学会総合内科専門医・認定医・指導医、日本結核病学会結核・抗酸菌症指導医、日本呼吸器内視鏡学会気管支鏡専門医・気管支鏡指導医。

# その咳の正体は？

## ～咳の原因と対策

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症だけでなく、咳が出る疾患は実に多い。近年、増加傾向にある咳が出る疾患の原因と対策に加え、症状改善と予防のためのセルフケアについて解説する。

### 咳が続く期間と原因疾患



### 原因を突き止めるには「咳の持続期間」に注目

咳 (がいそう) の原因疾患には左図のようにさまざまなものがある。咳の原因を判別する際には、感染症が原因か非感染症か、また、咳症状の持続期間も重要なポイントとなる。医学的には、持続期間が3週間未満の場合を「急性咳嗽」、3週間以上8週間未満を「遷延性咳嗽」、8週間以上を「慢性咳嗽」と分類する。さらに、痰を伴わない (あるいは少量の粘液性の痰のみを伴う) ものを「乾性咳嗽 (乾いた咳)」、痰を伴うものを「湿性咳嗽 (湿った咳)」という。これらをもとに原因を推定することができる。

『咳嗽・喀痰の診療ガイドライン 2019』(メディカルレビュー社) をもとに作成

イラスト/中村奈々子