

咳反射はとても大切な機能、誤嚥性肺炎予防の最後の砦

2023年1月

新型コロナや季節性インフルエンザなどで咳は悪いものと考えられがちですが、そもそも咳は気道に入ってきた異物を排除するために体に備わった大切な機能なのです。この機能がなければ、誤嚥した汚染唾液を容易に下気道や肺に吸い込んでしまいます。唾液は嚥下で胃に飲み込まれますが、喉頭が尾側に移動して喉頭挙上が難しくなると気道に侵入して誤嚥となります。誤嚥が生じても咳反射で喀出できるはずなのですが、咳反射が正常に働かない場合は肺の深部まで誤嚥物を吸引し誤嚥性肺炎を起こしてしまいます。この吸引するメカニズムから、欧米は誤嚥性肺炎を吸引性肺炎（aspiration pneumonia）と呼んでおります。咳反射が誤嚥性肺炎の予防に重要だと知られたのは、副作用として咳を多発するACE阻害剤という高血圧の治療薬で誤嚥性肺炎を予防できたからでした。このことから咳反射は、誤嚥性肺炎の予防の最後の砦と考えられるようになり、（誤嚥性肺炎のリスクを考えて）咳を止める鎮咳剤の投与は慎重であるべきだとされています（藤森勝也著「咳の診かた、止めかた」羊土社）。また同書では、ACE阻害剤による咳が解熱鎮痛剤（NSAIDs）で止まることから、解熱や鎮痛の目的で使う解熱鎮痛薬が咳反射を抑制してしまう危険性にも言及しています。

つまり、咳反射は誤嚥性肺炎から私たちを守ってくれるありがたい体の反応です。解熱鎮痛剤以外にも咳反射を抑制する薬剤は多く、もし咳がつかなくて咳止め薬が必要な場合は、医師や薬剤師と相談して安全な鎮咳剤を選ぶことをお勧めします。

誤嚥性肺炎の予防

