

気管支拡張症と診断された患者さんとお家族の方へ

気管支拡張症とともに

— 自分らしい毎日を歩むためのしおり —



監修: 森本 耕三 先生

公益財団法人結核予防会 複十字病院 呼吸器センター 医長
結核・慢性気道感染症センター 副センター長

もくじ

 はじめに	3
 気管支拡張症について	4
気管支拡張症とは?	4
なぜ気管支拡張症が起こるの?	6
どのような症状があらわれるの?	8
気管支拡張症はどのような経過をたどるの?	10
 検査・治療について	12
どのような検査をするの?	12
気管支拡張症の治療目標は?	13
どのような治療法があるの?	14
 日常生活について	16
 Q&A	18
 知りたいことを整理して医師に伝えてみましょう	20

はじめに

きかんしかくちようしょう
「気管支拡張症」という病気を、初めて耳にされた方も
いらっしゃるかもしれません。

「これからどうなるのだろう」「何をすればよいのだろう」と、
不安や戸惑いを感じていらっしゃるのではないのでしょうか。

この冊子は、気管支拡張症という病気のこと、検査や治療法、
そして日常生活の工夫に至るまでを、正しく理解していただくために作成されました。

病気を正しく知ることは、日々の安心や過ごしやすさにつながります。

気管支拡張症とともに歩んでいく皆さまが、より自分らしく
前向きに過ごしていくための一助となることを、心より願っています。

読み進める中で分からないことや、生活の中で困ったことが
あれば、この冊子を手に、医師・薬剤師・看護師などの医療
スタッフへご相談ください。



気管支拡張症について

気管支拡張症とは？

正常な肺のつくりと働き

肺の中には、「気管支^{きかんし}」という空気の通り道が広がっています。気管支の内側では、吸い込んだほこりや細菌^{ねんえき}を「粘液」がからめ取ります。さらに、表面にある細かな毛^{せんもう}（線毛）が動くことで、これらを「痰^{たん}」として外へ運び出しています。このように、肺が自らをきれいに保つ仕組みを「気道クリアランス」と呼び、この働きによって細菌などの感染を防いでいます。

気管支拡張症の肺の状態と特徴

気管支拡張症は、気管支が傷つき、ところどころ広がったまま元に戻らなくなる病気です。気道クリアランスが低下して異物がたまり、細菌が繁殖しやすい状態になります。その結果、咳や粘り気の強い痰、息切れなどの症状が続くようになります。

気管支拡張症の患者さんは増加傾向にあり、特に高齢の方や女性に多いといわれています¹⁻³⁾。

1) Weycker D, et al. Chron Respir Dis. 2017; 14(4): 377-384.

2) Aliberti S, et al. BMC Pulm Med. 2020; 20(1): 15.

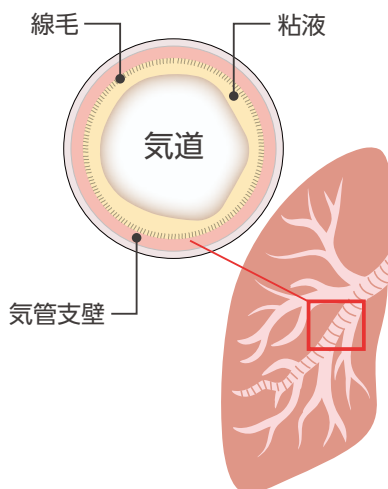
3) Quint JK, et al. Eur Respir J. 2016; 47(1): 186-193.

気 管：のどから左右の肺へ空気を運ぶ、太い一本の管。

気管支：気管から枝分かれして、肺のすみずみまで空気を届ける細い管。

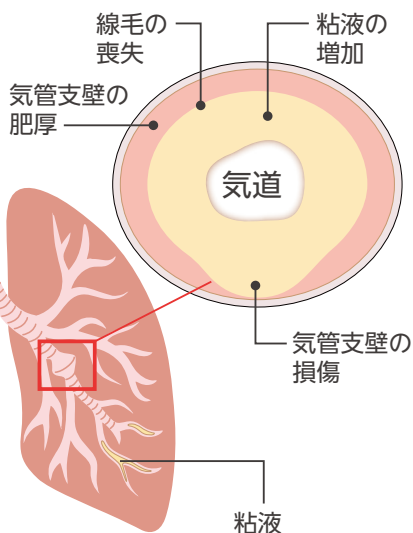
粘 液：気管支の内側でつくられる分泌物。

正常な気管支



適度な太さが保たれ、
空気の入りがスムーズ

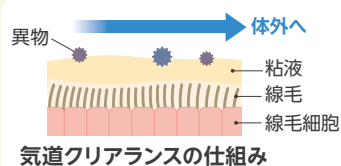
拡張した気管支



気管支が傷つき広がって
痰がたまりやすい

線毛：気管支の内側にある細かい毛のような構造。

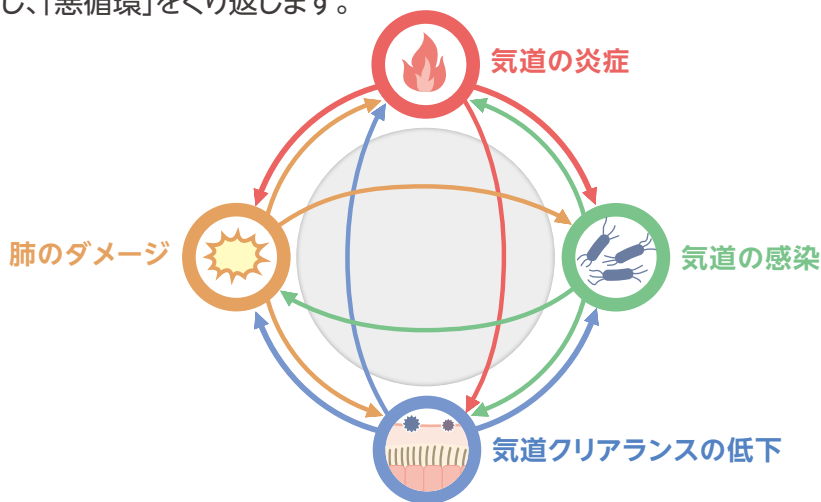
気道クリアランス：肺が自らをきれいに保つ仕組み。





なぜ気管支拡張症が起こるの？

気管支拡張症は1つの原因ではなく、さまざまな要因によって起こる病気です。気道の炎症・気道の感染・気道クリアランスの低下・肺のダメージが相互に影響し、「悪循環」をくり返します。



主な原因・関連のある病気

感染症に関連するもの：けっかく ひけっかくせいこうさんきんしょう 結核、非結核性抗酸菌症 (NTM)、肺炎など

呼吸器の病気：ぜんそく まんせいはいそくせいはいしっかん 喘息、慢性閉塞性肺疾患 (COPD) など

免疫・炎症の病気： 関節リウマチなどに伴う気道の炎症

胃酸の逆流： 胃食道逆流症 (GERD) などによる気道への刺激

誤嚥：ごえん えんげししょうがい 嚥下障害などによる気道への刺激

免疫力の低下： 免疫不全症など、細菌に感染しやすい状態

遺伝的な病気： 線毛の動きに異常が起こる病気など

気管支拡張症では、はっきりとした原因が特定できず、「原因不明 (特発性) 」とされる患者さんも少なくありません。とくはつせい

監修医からのメッセージ

気管支拡張症と好中球

こうちゅうきゅう



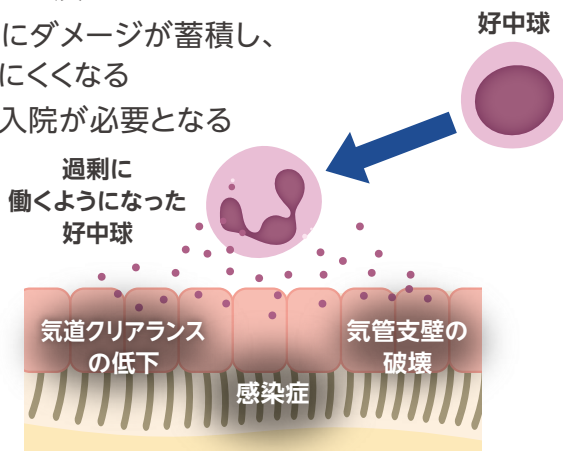
気管支拡張症の炎症の主役「好中球」

気管支拡張症では、「悪循環」の中で炎症が続きます。炎症が起ると、免疫細胞である「好中球」が細菌などと戦うために気道へ集まります。この好中球を中心とした炎症が、肺のダメージに関わると考えられています。

好中球が過剰に働くと、肺のダメージにつながる

好中球は、酵素の働きによって、細菌を攻撃する物質を準備します。しかし、気管支拡張症の患者さんの肺では、好中球が過剰に働き、強い炎症反応を引き起こしてしまいます。そのため、以下のことが起こりやすくなります。

- 粘り気のある痰が増える
- 気道や肺にダメージが蓄積し、呼吸がしにくくなる
- 重症化し入院が必要となる





どのような症状があらわれるの？

気管支拡張症では、次のような症状があらわれることがあります。



咳が出る



痰が出る

(血が混じることがある、
痰が出しにくい)



呼吸が苦しい、息切れ、
ぜんめい
または喘鳴(ゼーゼー音)



疲れやすい



胸の痛み



発熱、寒気、または
体のだるさ・痛み



呼吸器感染症を
くり返す

監修医からのメッセージ

症状が悪化する「増悪^{ぞうあく}」とは？

増悪とは、気管支拡張症の症状が悪化し、治療・管理の変更が必要となることをいいます。増悪をくり返すと、肺の機能が低下し、入院が必要になることもあります。

以下のようなサインに注意し、急激な体調の変化があれば、医師に伝えましょう。

増悪のサインの例

- ☐ 咳が増えた
- ☐ 痰の量が増えた
- ☐ 痰の粘りが強くなった
- ☐ 痰の色がより濃くなった
- ☐ 痰に血が混じるようになった
- ☐ 息が苦しくなった、息切れが強くなった
- ☐ より疲れるようになった
- ☐ 発熱
- ☐ 喘鳴（ゼーゼー音）が出るようになった
- ☐ 食欲がない、体重が減った
- ☐ 胸の痛みが出るようになった



健康な毎日を維持するために、できるだけ増悪を防ぐことが大切です。



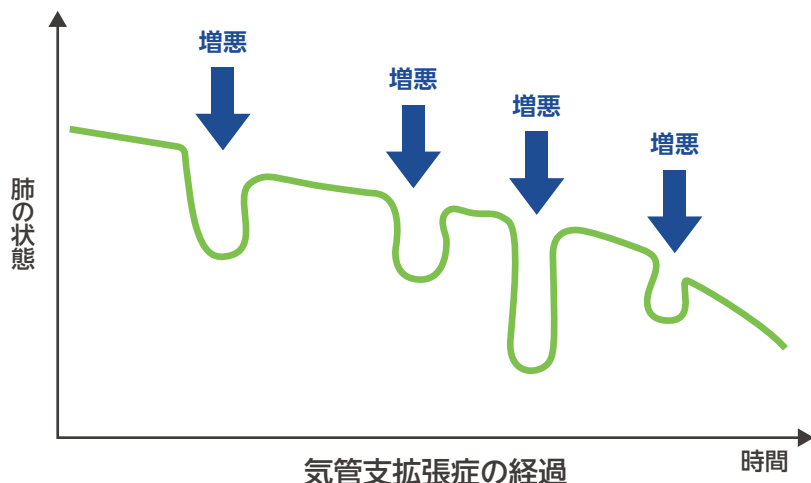
気管支拡張症はどのような経過をたどるの？

気管支拡張症の症状の強さや経過は患者さんによってさまざまです。
咳や痰が比較的落ち着いている方もいれば、症状が出やすい方もいます。

共通して重要なのは、増悪をくり返さないという点です。

気管支拡張症では、増悪をくり返すと、肺機能が低下したり、病気が進行したりすることがあります。

「これくらいなら我慢できる」と無理をせず、早めに増悪に対処し、安定した状態を維持することが、長く自分らしい生活を送るために大切です。



※図はイメージです

監修医からのメッセージ

「調子が良いとき」こそ、定期的な受診を

気管支拡張症では、自覚している症状が軽くても、肺の中で病気が少しずつ進行していることがあります。

そのため、症状が落ち着いていると感じる時期であっても、定期的に受診して肺の状態を確認することが大切です。

定期的な受診により、以下のことが期待されます。

- 病気の変化を早く見つけられる
- 肺の状態の変化を把握することができる
- 体調に合わせた最適な治療や生活のアドバイスを
受けられる

「調子が良いときこそ、今の状態を維持するために確認する」、それが気管支拡張症と長く上手につき合うためのポイントです。



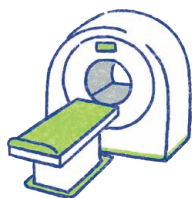


検査・治療について

どのような検査をするの？

気管支拡張症は、問診とCT検査によって診断します。

さらに、気管支拡張症の原因や進行具合を調べるために、以下の検査を実施します。



CT検査

肺の状態や気管支の広がり度を調べます。胸部レントゲンよりも詳細に映し出すことができるため、気管支拡張症の診断や経過観察に重要な検査です。



血液検査

炎症の有無や、免疫の状態などを調べます。



肺機能検査

肺活量や1秒量（1秒間に吐ける息の量）などの呼吸機能を測定します。



かくたん

喀痰検査

痰の中の細菌を調べる検査です。感染症の有無やその原因菌を特定し、適切な治療薬を選ぶために重要です。

※遺伝的な病気が疑われる場合は、必要に応じて追加の検査を行うことがあります。

気管支拡張症の治療目標は？

気管支拡張症は、症状が安定している時期と、悪化する時期をくり返し
ながら、少しずつ進行します。

そのため、今ある症状を和らげるだけでなく、将来の悪化を防ぐことが
治療において大切です。

治療の目標

気管支拡張症の治療では、主に次のことを目標とします。



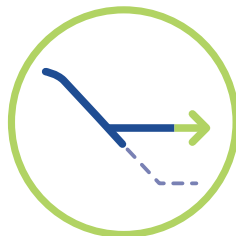
QOLの改善



症状の改善



増悪の予防



疾患進行の抑制



どのような治療法があるの？

主な治療法としては、薬物療法（飲み薬など）、気道クリアランス療法が挙げられます。重度に進行した場合には、手術・肺移植が行われることもあります。また、気管支拡張症の原因となっている病気や、合併する他の病気に対する治療を組み合わせることで進めていくことが大切です。

気管支拡張症では、患者さん一人ひとりの病状や体調に合わせて、複数の方法を組み合わせることで治療を行います。

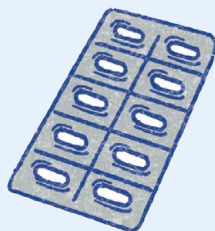
薬物療法（飲み薬など）

細菌の増殖を抑え、気道の炎症を和らげ、増悪を抑える薬

肺の炎症を和らげ、増悪や病気の進行を抑える薬

痰の粘りを弱くして、外に出しやすくする薬

気道クリアランス療法と組み合わせることもあります。



気道クリアランス療法

痰を外に出しやすくする治療で、さまざまな方法があります。

- 深呼吸や強く息を吐く動作を組み合わせる痰を外に出しやすくする方法
- 体の向きや姿勢を工夫して、痰を外に出しやすくする方法
- 器具を用いて痰を外に出す方法



P.16 痰を上手に出すコツ 参照 ▶

手術・肺移植

飲み薬や気道クリアランス療法などの治療法で十分な効果が得られない場合には、病状に応じて手術や肺移植が検討されることがあります。

- 肺の悪くなっている場所が一部に限られている場合は、その部分を切除する手術を行うことがあります。
- 肺全体が悪くなっている場合は、肺移植を行うかどうかを慎重に検討します。



※手術・肺移植は、対応できる病院が限られています。



日常生活について

気管支拡張症と上手につき合うためには、規則正しい生活を心がけ、病院で処方された薬の服用を続けることが大切です。

痰を上手に出すコツ

痰を出すことは、気道をきれいに保ち、症状の悪化を防ぐために大切です。痰を上手に出せない方は、以下の方法を試してみましょう。

①深呼吸

鼻からゆっくり息を吸い、口から長く吐きます。

②ハフィング

「ハッ」と息を強く吐き出して、痰を気道の奥から手前に動かします。

③咳

最後に咳をして、痰を外に出します。

※無理に強く咳をする必要はありません。



感染症の予防

風邪やインフルエンザなどの感染症は増悪のきっかけとなることがあります。手洗いや適切なマスク着用、ワクチン接種などを心がけましょう。

通年

医師と相談して適切なワクチン接種を検討することが大切です。

冬

空気が乾燥するため、加湿・防寒を心がけましょう。

春・秋

寒暖差で体調を崩しやすいため、衣類で温度調節を行いましょう。





また、咳の頻度や痰の色など、ご自身の症状の変化を日頃から把握しておくことで治療方針の決定にも役立ちます。

運動・呼吸リハビリテーション

息切れを改善し、体を動かしやすくするなど、日常生活を続けやすくするための治療を呼吸リハビリテーションといいます。その中心となるのが運動療法です。

医師や理学療法士の指導のもと、一人ひとりに合ったレベルで取り組み、疲れにくい体づくりを目指します。効果を実感し、維持するためには、根気よく続けていくことが大切です。



食事の工夫

体重や筋肉量が減ると、体力低下につながるため、栄養をしっかりとることが大切です。日常の食事で、以下の点を意識してみましょう。

- 食事量を減らさない
- 食欲がないときは少量を複数回に分けてとる
- 毎食少しずつたんぱく質をとる
(肉・魚・卵・大豆製品・乳製品など)
- 無理をしない工夫をする
(総菜や簡単に食べられる食品を利用)
- 必要に応じて栄養補助食品を活用する





Q 気管支拡張症は治りますか？

気管支拡張症では、広がってしまった気管支を元の状態に戻すことは難しいとされています。

そのため、気管支拡張症が進行してしまわないように、治療を行い、咳や痰などの症状を和らげ、増悪を防ぐことが重要です。

Q 気管支拡張症は周りの人にうつりますか？

気管支拡張症そのものは家族や周りの人にうつる病気ではありません。ただし、風邪やインフルエンザなどの感染症を合併することがあるため、感染予防は大切です。

Q 運動しても大丈夫ですか？

体調に合わせた運動は行っても問題ありません。

ウォーキングなどの運動は、体力の維持や息切れの改善に役立ちます。

体調や病状に合わせ、無理のない範囲で継続しましょう。

運動の強さについて不安がある場合は、医師や理学療法士に相談してください。

Q 旅行したり、飛行機に乗ったりしても問題ありませんか？

症状が安定していれば旅行や飛行機の利用も可能です。移動中は水分補給とストレッチを心がけ、必要な薬は手元に備えておきましょう。

なお、息切れが強い方や、最近、増悪や血痰・咯血があった方、酸素療法を受けている方は、飛行機の利用や海外旅行を計画する際に、事前に医師へ相談してください。無理のないスケジュールで楽しみましょう。

Q 家族や職場には病気のことをどのように伝えたらよいでしょうか？

病気や治療について周囲に伝えておくと、理解やサポートを得やすくなります。

「治療しながら仕事や生活を続けられること」「体調によって咳や疲労感が出ること」など、無理のない範囲で伝えてみましょう。

また、タバコの煙は病気を悪化させるため、家族に禁煙への協力を求めるなど、煙を吸い込まない環境づくりも大切です。

Q 血痰が出ました。すぐに病院に行くべきですか？

血痰は気管支拡張症でみられることのある症状であり、注意が必要です。

少量で一度だけの場合は、あわてずに体を休め、症状の経過を確認しましょう。ただし、血痰が増える、くり返す、数日続く、息苦しさや発熱を伴う場合は、早めに医師へ相談してください。

血痰の量が多い場合や止まらない場合は、すぐに医療機関を受診しましょう。

Q 他の病気も治療中です。 気管支拡張症のための通院は必要ですか？

はい。定期的に通院し、肺の状態を確認することが大切です。

通院時には、体調に合わせたお薬の調整についても相談できます。

安定した状態を長く保つために、医師と相談しながら気管支拡張症の受診を継続し、定期的なチェックを習慣にいきましょう。



知りたいことを整理して医師に伝え

この冊子を読んで、もっと詳しく知りたいことや、これからの生活に不安を感じることもあるかもしれません。まずは、医師に聞いてみたい項目にチェックを入れ、リストにない思いや疑問は自由にメモしてください。

病気について

- ☐ 病気の原因は何ですか？
- ☐ 私の病気はどれくらい進行していますか？
- ☐ 将来的にどのようなリスクがありますか？
(特に不安なこと：)

症状について

- ☐ 特に困っている症状：
- ☐ どのような症状が出たらすぐに受診すべきですか？
- ☐ 前回の診察から()回、症状が悪化しています。
何かできることはありますか？

その他の聞きたいこと、医師の話を聞いて理解したことなどをメモしましょう

てみましょう

このページを参考にして、診察時にあなたの思いや知りたいことを医師に伝えてみましょう。

治療について

- ☐ どのような治療を受けることができますか？
- ☐ どのような副作用がありますか？
- ☐ 私の治療の目標は何ですか？
- ☐ 経過を把握するためにどのような検査をしますか？

日常生活について

- ☐ 趣味や仕事はこれまで通り続けられますか？
(続けたいこと：)
- ☐ 生活習慣で気をつけることはありますか？
- ☐ 家族や職場にはどのように伝えればよいですか？

MEMO

Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dotted lines.

気管支拡張症の情報サイト



気管支拡張症とともに

気管支拡張症と診断された方に役立つ情報を
分かりやすくまとめた情報サイトです。



<https://insmed-be.jp>

連絡先(医療機関・薬局)

企画・制作

インスメッド合同会社

東京都千代田区永田町二丁目10番3号
東急キャピトルタワー13階

<https://insmed.jp>

Insmed®, Insmed logo and インスメッド® are registered trademarks of Insmed Incorporated.
All other trademarks referenced herein are the property of their respective owners.

2026年8月作成
NP-BE-JP-00020

© 2026 Insmed GK. All Rights Reserved.