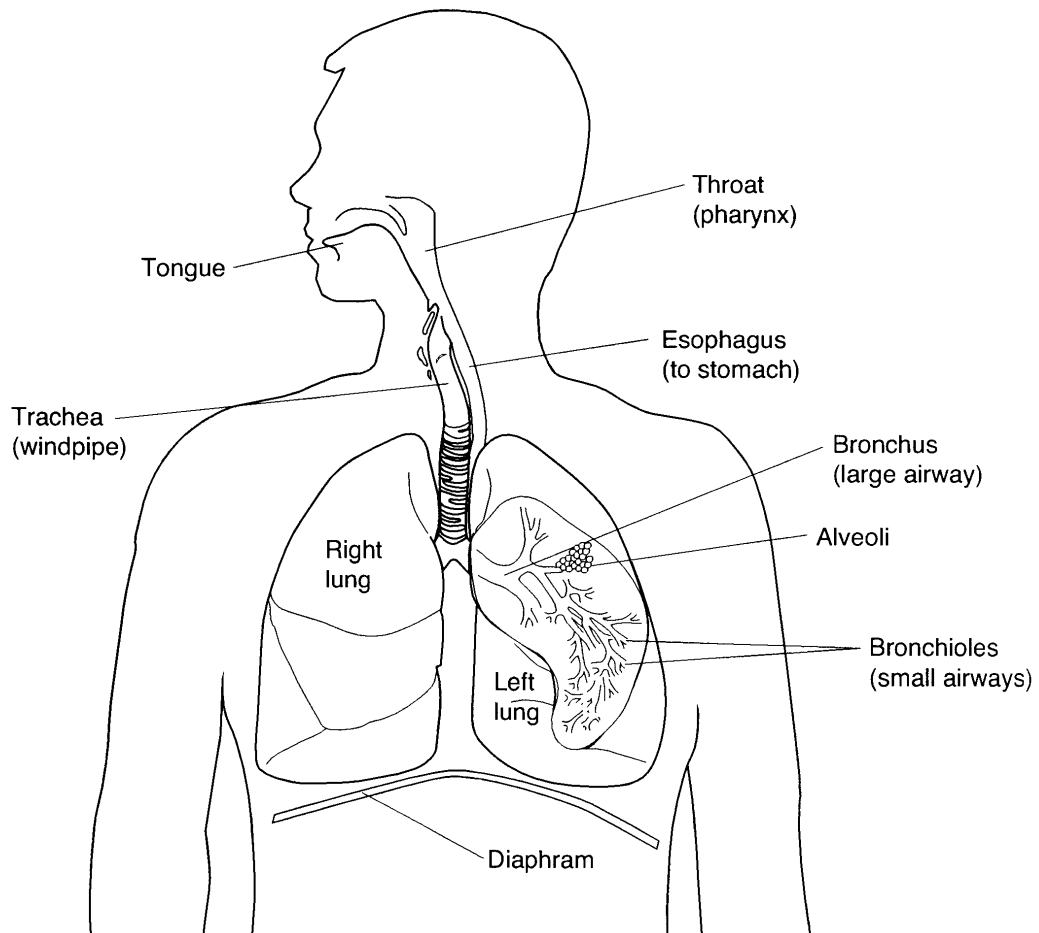


# Bronchitis

Bronchitis is swelling of the lining of the airways called bronchioles in the lungs. The swelling causes more mucus than normal to be made. This can block the airflow through the lungs and may damage the lungs.

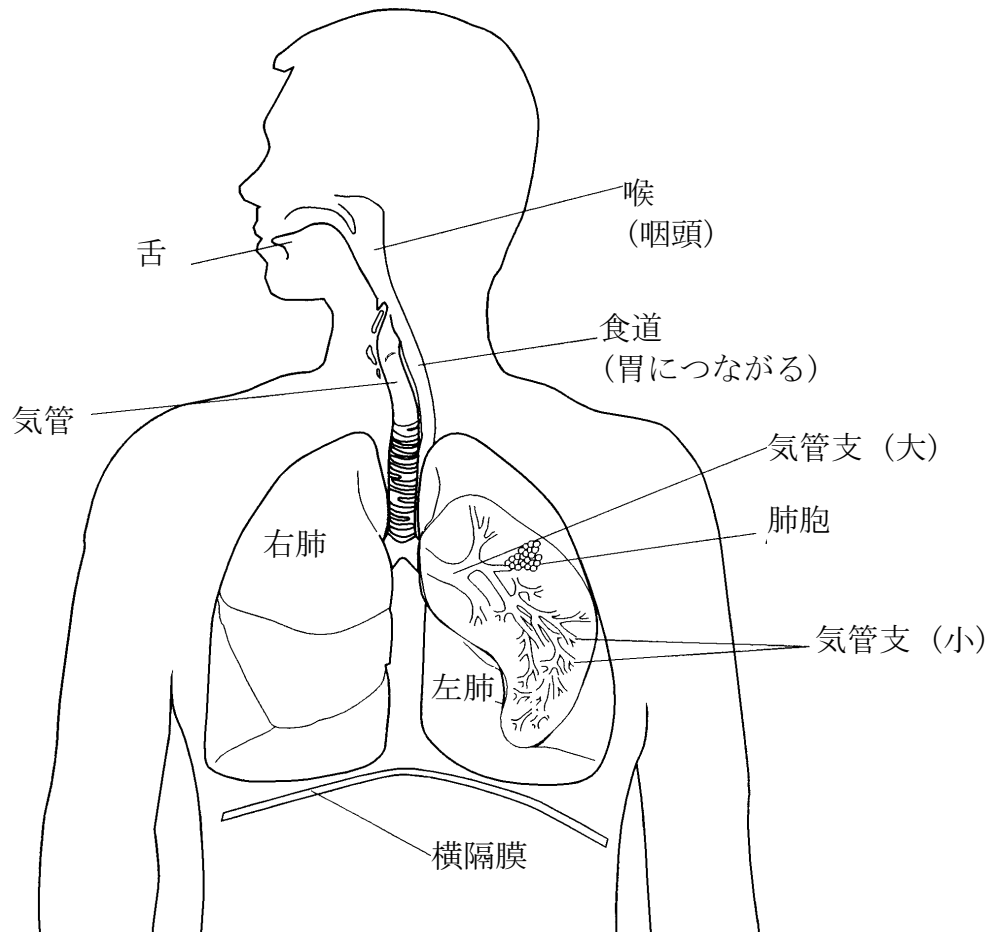


Acute bronchitis lasts 2-4 weeks and can be treated.

Chronic bronchitis is a long-term disease of the lungs. It is one disease in a group of lung diseases called COPD or chronic obstructive pulmonary disease. The damage often gets worse over time and cannot be cured.

# 気管支炎

気管支炎は、肺の細気管支と呼ばれる気道の内部が腫れる病気です。通常より多くの粘液が作られることによって腫れが起こります。そのため肺につながる気道がふさがれ、肺にダメージを与える場合もあります。



急性気管支炎の症状は 2~4 週間続きますが、治療が可能です。

慢性気管支炎は長期間にわたって続く肺の疾患です。これは慢性閉塞性肺疾患 (COPD) と呼ばれる肺疾患のひとつです。症状は時間とともに悪化することが多く、治癒しません。

Bronchitis. Japanese.

## **Signs of Bronchitis**

- A frequent cough
- Feeling tired
- Chest pain with coughing or deep breathing
- Noisy breathing
- Shortness of breath
- Body aches
- Fever or chills
- Sore throat
- Runny or stuffy nose

## **Causes of Bronchitis**

- Bacterial or viral infections
- Smoking
- Air pollution
- Allergy to something in the air such as pollen
- Lung disease such as asthma or emphysema

## **Your Care**

Your care may include medicines and breathing exercises to help you breathe easier. You may need oxygen if you have chronic bronchitis. Your care may also include:

- Avoiding colds and the flu.
- Drinking a lot of liquids to keep mucus thin.
- Using a humidifier or vaporizer.
- Using postural drainage and percussion to loosen mucus from your lungs. You will be taught how to do this.

## **To Breathe Easier**

- Quit smoking. The only way to slow the damage of chronic bronchitis is to quit smoking. It is never too late to quit.
- Do not drink alcohol. It dulls the urge to cough and sneeze to clear your air passages. It also causes your body to lose fluid, making the mucus in your lungs thicker and harder to cough up.
- Avoid things that irritate your lungs such as air pollution, dusts and gases.
- Sleep with your upper body raised. Use foam wedges or raise the head of your bed.

## 気管支炎の症状

- 頻繁にせきが出る
- 疲れているように感じる
- 咳や息切れを伴う胸痛
- 呼吸音が大きい
- 息切れ
- 体の痛み
- 発熱や悪寒
- のどの痛み
- 鼻水が出る、鼻づまり

## 気管支炎の原因

- 細菌またはウイルスへの感染
- 喫煙
- 空気汚染
- 花粉など空気中の物質のアレルギー
- 喘息や肺気腫などの肺疾患

## 治療

治療には呼吸をしやすくする薬や呼吸訓練などがあります。慢性気管支炎の場合は、酸素が必要なこともあります。治療方法には以下のようなものもあります：

- 風邪やインフルエンザにかからないように注意する。
- 水分を大量に取って痰がからまないようにする。
- 加湿器や吸入器を使用する。
- 体位ドレナージおよびパーカッションを使用して肺から痰を出す。使用方法は説明されます。

## 呼吸しやすくするために

- 禁煙しましょう。慢性気管支炎の進行を遅らせる唯一の方法は禁煙です。禁煙するのに遅すぎるといえることはありません。
- 飲酒をやめましょう。のどの通りをよくするための咳やくしゃみが出にくくなります。また、体内の水分が失われ、痰がからみやすくなって咳で出すことが難しくなります。
- 空気の悪い場所や塵、ガスなど肺に刺激を与えるものは避けましょう。
- 上体を起こした状態で眠りましょう。フォーム ウェッジを使用するか、ベッドの頭部を上げます。

Bronchitis. Japanese.

Call your doctor **right away** if you:

- Have chills or a fever over 101 degrees F or 38 degrees C
- Need to use your inhalers or breathing treatments more often
- Have more mucus, the color changes, or it becomes too hard to cough up
- Have a new or worsening gray or blue tint of your nails or the skin of your fingers or mouth
- Have trouble talking or doing your normal activities
- Have to use more pillows when sleeping or start having to sleep in a chair to breathe at night

Call 911 **right away** if you:

- Cannot get your breath
- Become confused, dizzy or feel faint
- Have new chest pain or tightness

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

以下の症状が現れた場合は**直ちに**貴方の医師に連絡してください：

- 寒気を感じたり、38 度（華氏 101 度）以上の熱が出た場合
- 吸入器や呼吸治療の必要性が高まった場合
- 痰が増えたり、色が変化したり、うまく咳で吐き出せなくなった場合
- 指や口の皮膚または爪が青や紫に変色したり、その状態が悪化している場合
- うまく話せない、日常生活に支障がある
- 夜間の呼吸を確保するために、睡眠中たくさんの枕が必要、または椅子でないと眠れない

以下の症状が出た場合は、**直ちに** 911 に電話して緊急連絡をしてください：

- 呼吸できない
- 錯乱、めまい、または失神
- 胸痛が現れたり、胸苦しい

**質問や不明な事項については、貴方の医師または看護師にご相談ください。**

Bronchitis. Japanese.

9/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.com](http://www.healthinfotranslations.com).