世界 COPD デー 2026

COPD という病気を，ご存知ですか？
日本語では，慢性閉塞性肺疾患，と訳されています．
かつては「肺気腫」や「慢性気管支炎」などとよばれていました．

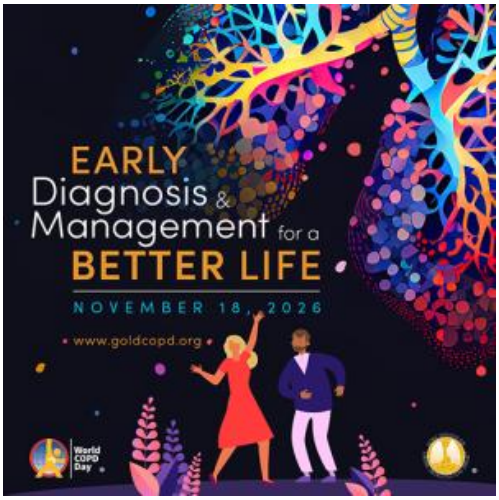
喫煙がおもな原因で，肺や気管支が傷つき，息切れや咳・痰が続く病気です．進行すると，酸素を吸入する治療が必要になることもあります．

1997 年，WHO や米国国立衛生研究所の協力のもと，COPD の啓発と予防・治療を進める世界的組織，GOLD（COPD のためのグローバル・イニシアチブ）が発足しました．

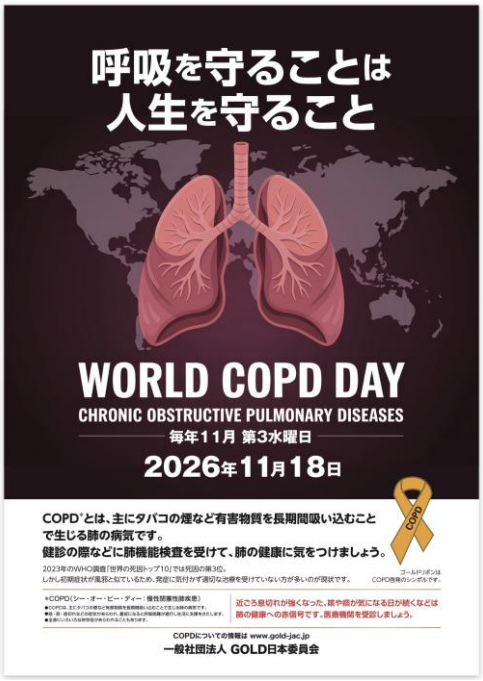
GOLD は，2002 年から毎年，11 月の第 3 水曜日に世界 COPD デーを開催しており，今年は 11 月 18 日（水）です．

今年の世界 COPD デーのテーマは，“Early Diagnosis and Management for a Better Life（よりよい生活のために，早期診断と適切な管理を）”です． また、GOLD 日本委員会の今年のポスターには，「呼吸を守ることは 人生を守ること」と掲げられています．呼吸は，歩くこと，食事をすること，人と話すことなど，毎日の暮らしを支えています．COPD に早く気づき，禁煙や適切な治療を始めることは，これからの生活を守ることにつながります．

坂道や階段での息切れ，長引く咳や痰を，「年齢のせい」「タバコのせい」と見過ごしていませんか？
現在タバコを吸っている方も，以前吸っていた方も，気になる症状があれば，お近くの病院や診療所を受診してください．COPD の診断には，呼吸機能検査（スパイロメトリー）が必要です．健診などで肺の健康を確認する機会も大切にしましょう．



GOLD 2026 年世界 COPD デーポスター



GOLD 日本委員会 2026 年ポスター

近年，加熱式タバコや電子タバコなどの「新型タバコ」が広がっています．「煙が少ない」「においが少ない」ことから，肺への影響も少ないと思っていませんか？
加熱式タバコはタバコの葉を加熱する製品，電子タバコは液体を加熱する製品です．しくみは異なりますが，いずれも吸い込む霧状の粒子（エアロゾル）には有害な成分が含まれており，単なる水蒸気ではありません．

動物実験では，加熱式タバコのエアロゾルを長期間吸い込むことで，肺胞が壊れ，肺気腫が生じることが報告されています．また，電子タバコの液体に使われる成分が，培養したヒトの気道の細胞を傷つけることも示されています．ニコチンを含まない製品でも，肺に安全とはいえません．

加熱式タバコについて，人での長期的な COPD の発症リスクや，紙巻タバコとのリスクの違いは，まだ十分に分かっていません．しかし，長期的な影響が分かっていないことは，安全であることを意味しません。実際，電子タバコ使用者では COPD の有病率が高いことが報告されており，加熱式タバコでも，COPD につながる肺の傷害を起こす可能性があります．



紙巻タバコから加熱式タバコに切り替えても，禁煙にはなりません．ご自身の肺を守るために，タバコをやめることが大切です．周囲の方が煙やエアロゾルを吸い込まないようにすることも必要です．禁煙が難しいときは，一人で悩まず，かかりつけ医や禁煙外来に相談しましょう．

禁煙するのに，遅すぎることはありません．
「呼吸を守ることは 人生を守ること」．世界 COPD デーをきっかけに，タバコの種類にかかわらず，禁煙と肺の健康の確認から，未来の暮らしを守る一歩を踏み出しましょう．

2026 年 11 月 18 日
日本呼吸器学会 禁煙推進委員会