

肺年齢を知る

— 測定するには？ —

肺年齢普及推進事務局

(株式会社イービーエムズ)

平松 泰成

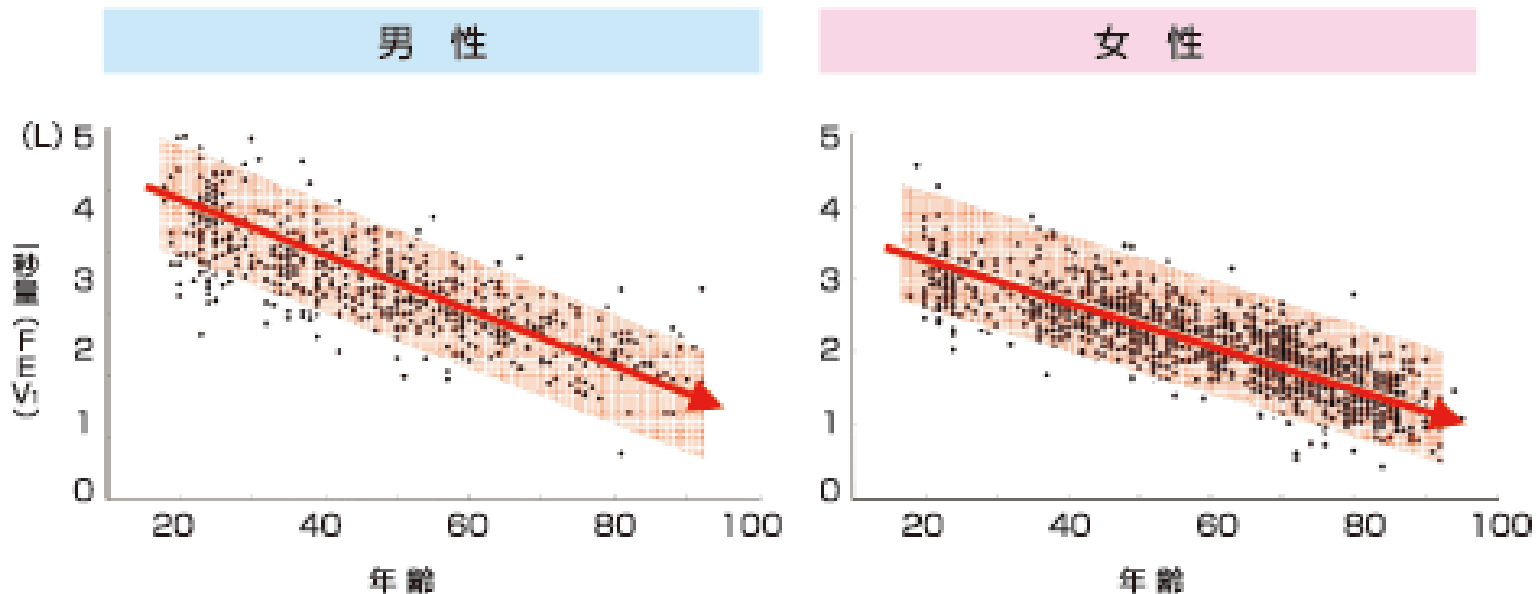
肺年齢とは？

1秒間に吐ける息の量(1秒量といひます)は、
性別、年齢、身長によって、それぞれ異なります。
1秒量は20歳代をピークに、年齢とともに減少します。

1秒間に吐ける息の量(1秒量:FEV₁)から、
同性・同年代の標準の方に比べて、
自分の呼吸機能がどの程度であるかを
確認していただくための目安です。

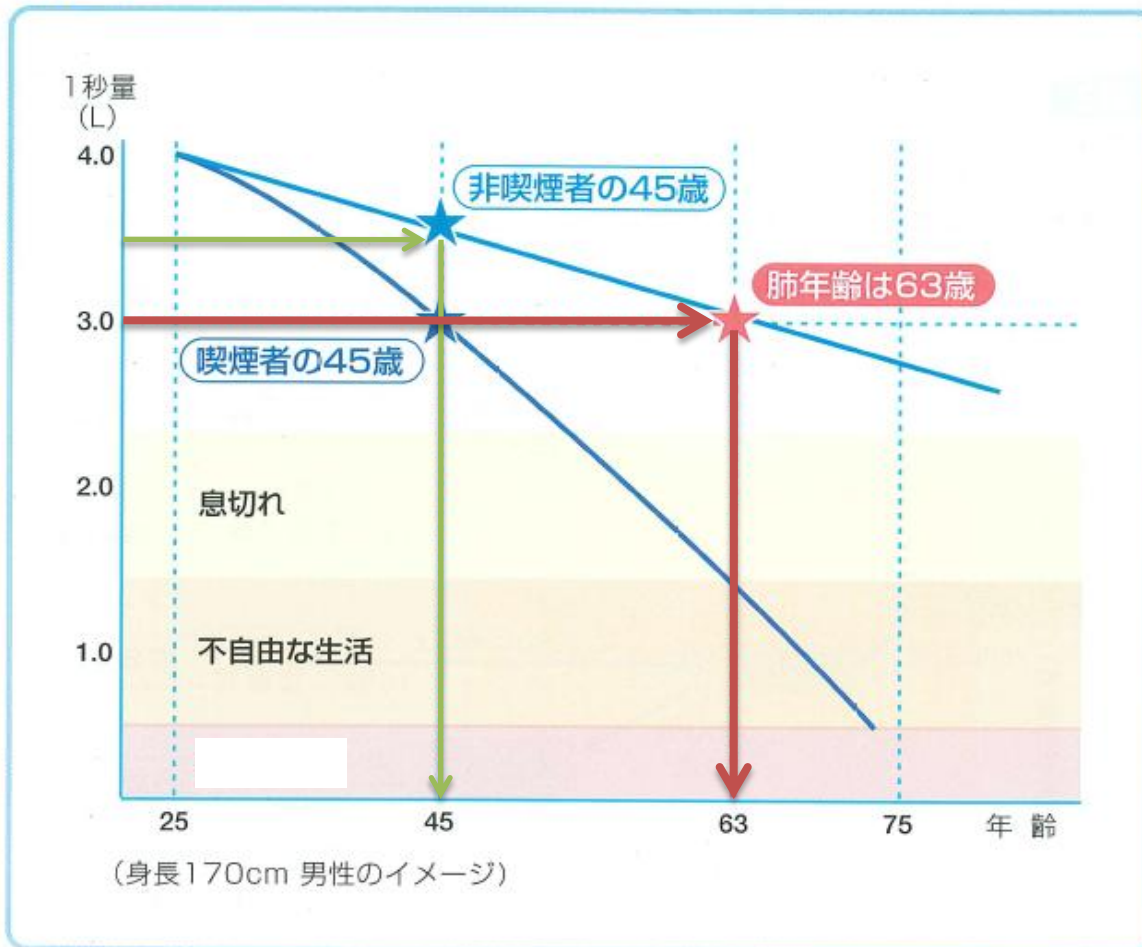
年齢と1秒量の関係

年齢と一秒量(FEV₁)の関係



1秒量は同じ年齢でも体格(身長)によって差があります。

COPDと肺年齢



本日準備した機器

肺年齢を測定する機器

【スパイロメータ】



電子診断用スパイロメータ
特定保守(クラスII)

医療機関
詳細な呼吸機能検査値

20-30万円が主体

【ハイ・チェッカー】



手動式診断用スパイロメータ
特定保守非該当(クラスI)

医療機関～薬局～一般家庭
肺年齢+基本的な検査値

15,000円位

パルスオキシメータ(参考)



パルスオキシメータ
特定保守(クラスII)

血液中の酸素濃度(飽和度)を測定する。

肺年齢の測定の実際

- ① スパイロメータにデータを入力
⇒ 性別、年齢、身長



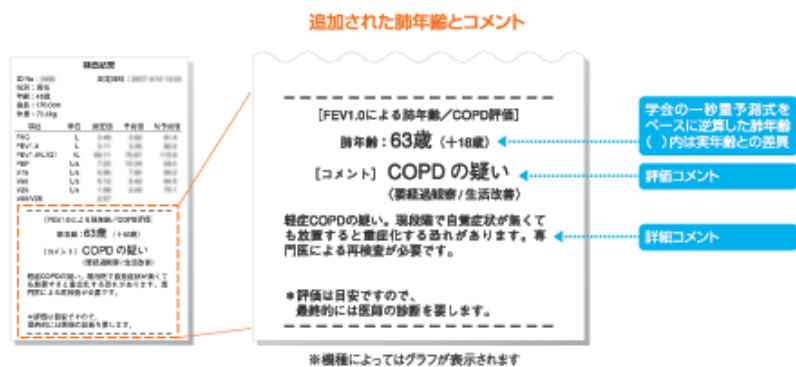
- ② 測定
息を胸いっぱい吸って、マウスピースに
“かいっぱい一気に息を吐き出します。”
*一般的に3回測定して最もよい値を採用します。



- ③ 結果



肺年齢対応スパイロメーター表示例



$$\text{“肺年齢”} - \text{“実年齢”} \geq +19\text{歳}$$



何らかの肺機能障害: 89.5%

肺年齢測定

実際に体験いただきます