

保健室だより



令和5年9月発行
大正大学 保健室

結核は、結核菌という細菌が体の中に入ることによって起こる病気であり、毎年約16,000人の方が新たに発症しているわが国の主要な感染症の一つです。世の中の結核への関心が低下していることや、大半を占める高齢の患者さんでは典型的な症状がないために、発見が遅れることがあり、しばしば集団感染や予後不良につながっています。加えて近年では、若年者を中心に外国出生患者の占める割合が増加しています。結核は今も日本と世界の最大級の感染症なのです。

結核は昔の病気ではありません

結核は、肺結核の患者さんの咳やくしゃみなどによって、空気中に結核菌が飛び散り、その結核菌を吸いこむことにより感染します。

人が生まれてはじめて結核菌を吸い込んだ場合、10～15%の人はその後1、2年のうちに発症しますが、それ以外の人の場合、菌は冬眠状態となり、体内に留まることとなります。発症しなかった場合でも、加齢などで身体の抵抗力が落ちると、潜んでいた結核菌が活動を始め、結核を発症します。

結核は人から人へ感染するため、人口密度の高い大都市で罹患率が高い傾向にあります。さらに、外国生まれの結核患者数も近年増加しており、特に若年層で増加傾向が目立ちます。

今でも1日に35人の新しい患者が発生し、5人が命を落としている日本の重大な感染症です。



結核になりやすい人

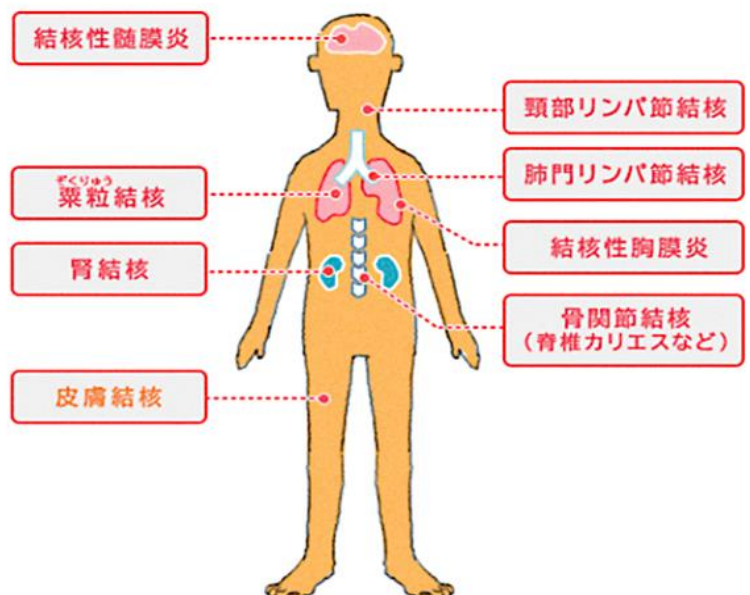
- 喫煙習慣がある
- 結核高蔓延国から来た
- 免疫機能が弱まっている
- ステロイドを服用中
- 胃潰瘍、胃の手術歴がある

いろいろな症状

結核は肺以外にも病変を作ることがあります。リンパ節が最も多く、特に多いのが首の脇が腫れるものです。また骨や関節にもできますが、背骨にできるのが「脊椎カリエス」です。次に腎臓（腎結核）が多く見られます。腎結核は膀胱などを巻き込むこともよくあります。

このほか結核は喉頭、腸、腹膜、また眼や耳、皮膚、生殖器にまで広がることもあり、いちばん怖いのは脳にくる場合です。早く発見すればかなり助かりますが、髄膜炎では適切な治療が遅れると、3分の1近くが命を落とし、治っても高い確率で脳に重い後遺症が残ってしまいます。

結核症の全身への進展（模式概念図）



予防・早期発見・早期治療が大切です

結核の症状（長引く咳、たん、微熱、体のだるさなど）には特徴的なものがなく、早期には目立たないことが多いため、気づかないうちに進行してしまうことがあります。結核を発症しても、早期に発見できれば重症化を防げるだけでなく、大切な家族や友人等への感染拡大を防ぐことができます。

早期発見



定期的に健康診断を受けましょう。元気だと思っても、思わぬ病気が見つかることがあります。

予防



普段から適度な運動、十分な睡眠、バランスのとれた食生活、タバコを吸わないなど、規則正しい生活をし、抵抗力を高めておきましょう。

早期治療



結核と診断された場合、複数の薬を6～9カ月飲んで治療します。症状がなくなっても治療期間は必ず薬を飲み続ける必要があります。

それってただの風邪ですか？



長引く咳は結核かもしれません

- ✓ 痰の絡む咳が2週間以上続いている
- ✓ 微熱・倦怠感が2週間以上続いている

結核の治療は国・自治体からの費用補助があります。

これらの症状がある際は速やかに病院を受診しましょう。また、受診の際は、いつもと違うところを医師に伝えましょう。

9月のレシピ

たこ焼き風味のズッキーニ焼き



材料（2人分）

ズッキーニ	1本
オリーブ油	大さじ2
たこ焼きソース	適量
マヨネーズ	適量
かつお節	適量

作り方

- ズッキーニを洗って、1cmの輪切りにする
- フライパンにオリーブ油を敷いてズッキーニを並べ、中火で片面3分ずつ焼く
- 焦げ目が少しつき始めたら火を止め、お皿に並べる
- たこ焼きソース、マヨネーズ、かつお節をかけて完成



今月の花

9月の花：彼岸花

花言葉：「情熱」「独立」「想うはあなた一人」

