

保健室だより



令和7年9月発行
大正大学 保健室

9月24日から9月30日は「結核・呼吸器感染症予防週間」です。

結核は、かつて私たちの国において国民病といわれた時代がありましたが、国民の生活水準の向上、医学・医療の進歩や結核対策の推進等により、著しく減少しています。しかしながら、他の先進国と比較すると未だり患率は高い状況にあり、結核は今でも我が国的主要な感染症の一つです。

結核は昔の病気ではありません

結核は、今でも年間10,000人以上の新しい患者が発生し、1,500人以上が命を落としている日本の主要な感染症です。2023年に、新たに結核患者として登録された者の数（新登録結核患者数）は10,096人で、前年より139人（1.4%）減少しています。結核り患率（新登録結核患者数を人口10万対率で表したもの）は、前年より0.1ポイント減少し、8.1となり、令和3年以降、り患率10.0未満とする『結核低まん延国』の水準を達成しています。

新規結核患者は、高齢者が多く、およそ7割が60歳以上となっています。また、特に若年の外国生まれの患者の割合が増加しており、20-29歳の新規患者の8割以上を占めています。結核を発症した場合、無治療でいると50%程度の方が亡くなってしまうといわれています。現在は、医療の進歩もあり、そこまで高い割合で亡くなることはありませんが、髄膜炎を発症してしまった場合は、現在でも30%程度の方が亡くなり、治った方においても後遺症を残すことがあるといわれています。



今でも1日に
28人の新しい
患者が発生し
ています。



結核になりやすい人

- ・喫煙習慣がある
- ・結核高まん延国から来た
- ・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

注意

「感染」と「発病」について

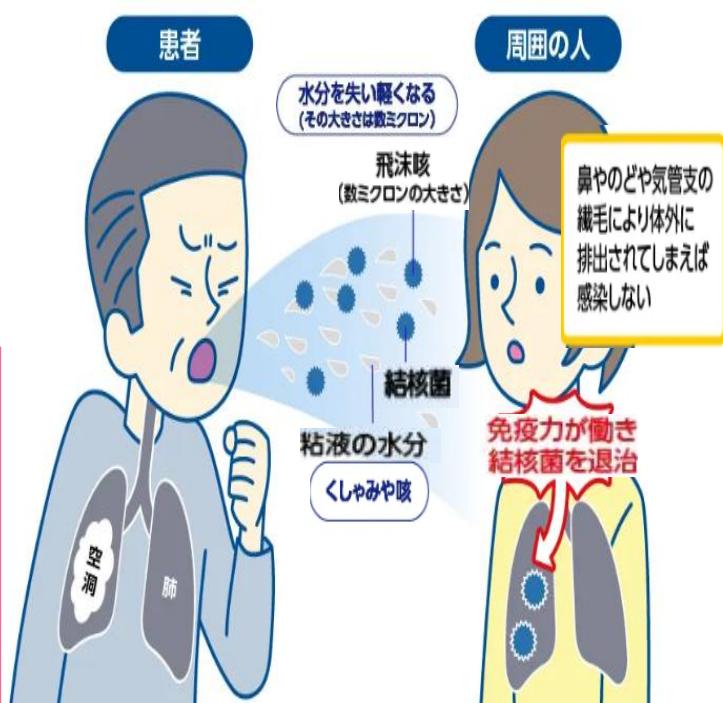
結核菌を吸い込んでも、必ず「感染」するというわけではありません。多くの場合、抵抗力により体外へ追い出されます。

「感染」とは、

結核菌が体内に残った状態を言います。感染しても、免疫によって封じ込められた場合は発病しません。

「発病」とは、感染した後、結核菌が活動を始め、菌が体内で増殖し組織が冒され、症状として現れた状態を言います。

感染したのち、免疫力によって数年～数十年にわたり発病することのない「休眠状態」にあっても、結核菌は体内で生存し続け、免疫力が弱まった時に増殖し始め、発病することがあります。感染してから、2年以内に発病するが多く、発病者の60%が1年内に発病しています。「発病」しても「排菌」していない場合は、他の人に感染させることはできません。



長引く咳に注意！

タンのからむ咳・微熱・身体のだるさが2週間以上続いたら…
まずは受診しましょう！！

咳が長く続く

微熱が続く

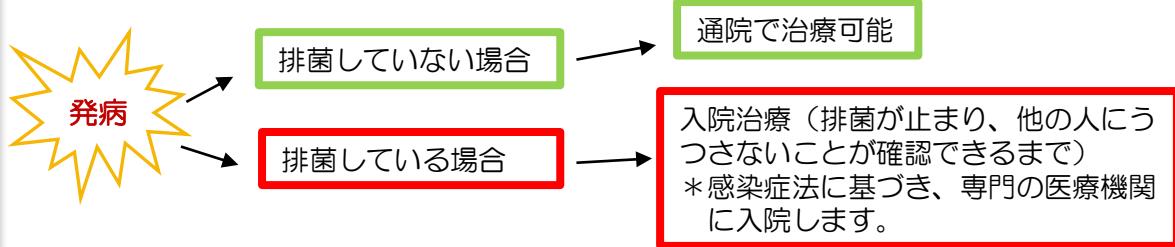
たんが出る

身体がだるい

結核の潜伏期間は、一般的に半年から2年と長く、症状（長引く咳、たん、微熱、体のだるさなど）も特徴的なものがないため発覚が遅れがちです。風邪だと思っていたのになかなか治らない、食欲がなく体重が落ちてきた等、いつもと違う症状がある場合、早めに医療機関を受診しましょう。

発病しても、医師の指示通り毎日薬を飲めば治ります

治療の基本は服薬です



◆服薬：3～4種類の薬剤を、6か月から9か月毎日服用します。

◆服薬治療は、医師の指示に従い、処方された通りに薬を飲み続けることが重要です。

自己判断で、不規則に服用したり中断してしまうと、耐性菌（薬が効かない菌）ができることがあります。治療期間が長くなったり、病状が悪化してしまう場合があります。

9月のレシピ

材料（2人分）

・さつまいも 300g ・ツナ缶1個 ・青じそ10枚

調味料

・マヨネーズ 大さじ3 ・めんつゆ（2倍濃縮）小さじ1 ・塩 少々

作り方

1：さつまいもの皮を剥き1cm幅位の半月切りにし、10～20分水（分量外）につけておく。
2：1を耐熱皿に入れてラップをかけ、600wのレンジで5分程柔らかくなるまで加熱して、熱いうちにつぶしてペースト状にする。
3：粗熱がとれたら、油を切っておいたツナと調味料を加えて混ぜ合わせる。
4：器に盛って、軽く洗って千切りにした青じそを上にのせたら出来上がり。
5：青じそパウダーがあれば、千切りの代わりにサラダにのせてもよい。



今月の花

9月の花：秋桜

花言葉：「乙女の真心」「調和」「謙虚」

