

# 9月24日～30日は、「結核予防週間」です。

## - 結核を正しく理解しよう！！ -

厚生労働省では、毎年9月24日から30日までの1週間を「結核予防週間」と定めて、国民に対し結核に関する正しい知識の普及啓発に努めることとしています。2012年日本では、1日に62人が結核を発症しています。結核を知ることが予防への第一歩。早期発見・早期治療は本人の重症化を防ぐ為だけではなく、感染の拡大を防ぐ為にも重要です。

### 「結核は昔の病気」と思っていませんか？

明治時代から昭和20年代までの長い間、「国民病」「亡国病」と恐れられた結核も、国をあげて予防や治療に取り組み、死亡率は往時の百分の一以下にまで激減しました。しかし、人々の関心の低下や、多剤耐性結核等新しいタイプの出現により、結核の減少は鈍化しており、1999年には「結核緊急事態宣言」が出されたほどです。

現在、日本の結核罹患率は2010年に入人口10万人あたり18.2人で、10人以下となっている欧米先進国に比べまだ結核は多く、世界の中では依然「中まん延国」とされています。

### 結核の初期は風邪のような症状が特徴！

初期症状は風邪と似ていますが、咳、痰（たん）、発熱（微熱）等の症状が長く続くのが特徴です。もし、症状が2週間以上続くようなら、早めに医療機関を受診しましょう。また、体重が減る、食欲がない、寝汗をかく、等の症状もあります。さらにひどくなると、だるさや息切れ、血の混じった痰（たん）等が始め、喀血（血を吐くこと）や呼吸困難に陥って死に至ることもあります。

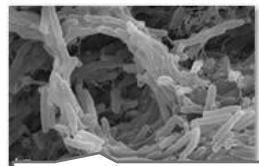
### 結核とHIV

HIV/AIDSの感染者は、感染していない場合と比べて、生涯で結核を発症するリスクが10倍高いと言われています。そして感染者の免疫力低下に伴い、結核を発症するリスクはより増加します。



### 結核はどのように感染するの？

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症が起こる病気です。結核菌が、咳（せき）やくしゃみと一緒に飛び散り、それを周りの人が直接吸い込むことで感染します。吸い込まれた結核菌の大半は、鼻、のど、気管支に付着し、そこにある絨毛（じゅうもう）の働きによって体外に排出される為、感染しませんが、肺に侵入すると感染します。結核に感染すると必ず発症するわけではなく、通常は、免疫力により結核菌の増殖を抑え込みますが、抑えきれなくなると発症します。



結核菌の電子顕微鏡写真

### 結核を予防するには -定期健診、早期発見-

免疫力が低下しないように、規則正しい生活を心がけましょう。また、栄養バランスの良い食事と十分な睡眠、適度な運動等が大切です。喫煙は厳禁です。定期的に健康診断をきちんと受けることが重要です。



### 結核と診断されたら…

結核と診断されたら、医師の指示を守って、治療終了まできちんと薬を飲み続けることが最も重要です。薬の服用は、基本的に6ヶ月ですが、個人の病状や経過によって長くなることがあります。勝手に薬の飲み方を不規則にしたり、薬を止めてしまったりすると、結核菌が「耐性」を持ち、薬の効かない菌（耐性結核菌）が出来てしまいます。

「発病」しても「排菌」していない場合は、通院して治療を受けることができます。