



これからの季節、肺炎に注意！

日本では現在、肺炎が原因で死亡する人は一年間におよそ11万人です。死因別の統計では「がん」、「心臓病」、「脳血管疾患」に次いで、4番目に多い病気となっています。肺炎の典型的な症状として「発熱」、「咳」、「痰」があげられます。症状が風邪と似ているため“風邪だと思っていた・・・”と思われる方が多く、発見が遅れがちです。しかし、肺炎の場合は、38℃以上の高熱や、強い咳、濃い色の痰が出るなど、風邪よりも重い症状が出ます。また、風邪なら通常は3～4日で症状が軽減しますが、肺炎の場合はさらに長引くという特徴があります。さらに、熱、咳、鼻に加えて「息苦しさ」や「胸の痛み」を感じることもあります。重症化すると命にかかわる場合もあるので、“風邪かな？”と思っても、まず受診をすることが大切です。

肺炎の特徴

・風邪のあとに起こりやすい

健康な状態では、病原体は免疫の働きで排除されて肺までは達しませんが、風邪をひいてのどの粘膜が傷つき、体が弱って免疫の働きが低下していたりすると、肺へ侵入しやすくなります。

・病原体の種類が多い

肺炎を起こす原因となる病原体にはさまざまな種類があります。最も多いのは「肺炎球菌」で、次いで「インフルエンザ菌※」です。また、若い人の肺炎の原因として多いのは「マイコプラズマ」や「クラミジア」などの微生物です。「インフルエンザウイルス」が肺に感染して肺炎が起こる場合もあります。

※細菌の1種。かつて、インフルエンザの原因と考えられたので、この名称で呼ばれる。実際にインフルエンザを起こすのはインフルエンザウイルス

・感染しやすく重症化しやすい人

高齢者

体力や免疫の働きの低下により病原体に感染しやすいうえ、いったん肺炎が起こると治りにくく、進行しやすいです。

慢性的な病気がある人

「喘息」・「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」・「気管支拡張症」など呼吸器の病気、「慢性心不全」・「心臓弁膜症」などの心臓の病気、「慢性腎不全」などの腎臓の病気、「肝硬変」・「慢性肝炎」など肝臓の病気がある人、また「糖尿病」や「がん」、関節リウマチなど「膠原病」のある人は免疫の働きが低下しているので、肺炎が起こりやすいといわれます。

免疫を抑える薬を服用している人

喘息の治療などに使う「ステロイド薬」、関節リウマチなどの治療に使う「免疫抑制薬」などを使っていると、免疫の働きが抑制されるため、肺炎を起こしやすく重症化しやすくなります。

治療

肺炎の治療は急を要するので、診察や胸部エックス線撮影の結果、肺炎と診断されたら、速やかに抗菌薬による治療が開始されます。病原体を特定する検査は結果が出るまでに時間がかかるので「症状の強さ」、「感染経路」、「年齢」、「持病の有無」などから病原体を推定して、その病原体に効果の高い抗菌薬が選択されます。抗菌薬にはペニシリン系、セフェム系、カルバペネム系、マクロライド系、ニューキノロン系などいくつかの系統があります。

軽症の場合は抗菌薬を服用すれば5～7日ほどで症状が治まります。しかし症状がよくなっても、抑え込まれていた病原体が再び活動を開始することがあるので、自己判断で通院や服薬をやめないことが大切です。



自分でできる予防法

- ・ **風邪をひかない**・・・人混みを避ける、こまめなうがい・手洗い、保温・保湿・換気等を心がけましょう。
- ・ **体力の維持**・・・十分な睡眠と栄養をとり、不規則な生活を避けるよう気をつけましょう。
- ・ **口の中を清潔に**・・・肺炎を起こす病原菌はふだんは口の中にいることが多いです。うがいや歯磨きによってその数を減らし、口の中を清潔にしましょう。
- ・ **禁煙**・・・喫煙していると、肺が持っている免疫の働きが損なわれ、肺炎が起こりやすくなります。
- ・ **ワクチンの接種**・・・肺炎球菌ワクチンは、肺炎の発症を完全に防ぐものではありませんが、重症化を防いだり、死亡率を低下させることがわかっています。肺炎球菌ワクチンは1回の接種で約5年間有効とされています。

参考文献 : 「NHK きょうの健康」2010年11月号

どこの病院・診療所の処方せんにも対応できます。

(お薬によっては時間がかかることがあります) あすなる武川薬局

TEL 0551-26-3800

FAX 0551-26-3810