

# 保健師だより

## 9月24～30日は結核予防週間です



「結核」は過去の病気だと思いませんか。結核は今なお全国で年間約17,000人の新たな患者が発生し、約2,000人が命を落としている病気です。

### 結核はどんな病気？

結核は、結核菌によって引き起こされる感染症です。結核を発病し、結核菌を排菌している人の咳やくしゃみには、結核菌が含まれています。排出された菌を周りの人が直接吸い込むことによってうつります。

結核菌は吸い込んで、多くの場合、体の抵抗力などにより排出されます。しかし、結核菌は体内にとどまったのち、再び活動を開始し発症することがあります。また、肺以外の腎臓、骨、脳など身体のあらゆる部分に影響を及ぼすこともあります。

### 高齢者は特にご注意を

結核患者の多くを高齢者が占めており、平成29年に新たに結核と診断された人の約6割が、70歳以上の高齢者でした。高齢者は、典型的な症状が出にくいいため、重症化しやすい傾向にあります。また、以前に感染していたものが発症しないまま長い潜伏期間を経て、高齢となり免疫力が落ちたきっかけで発病することがあります。

### こんなときはすぐに病院へ

次のような症状があるときは、症状を放置せずに医療機関に相談しましょう。

- ・咳や痰、微熱が2週間以上続いている
- ・体重が減ってきた
- ・食欲がない
- ・寝汗をかく
- ・身体がだるい



### 結核を予防・早期発見するために

結核の予防には、体の免疫力を高めることが重要です。規則正しい生活を送り、栄養バランスのいい食事と十分な睡眠、適度な運動を心がけましょう。

また、発症の予防として、次の対策も行いましょう。



#### ●乳幼児期はBCG接種を

乳幼児は免疫力が弱いため、結核菌に感染すると重症になりやすく、生命にかかわることがあります。乳幼児の結核予防にはBCG接種が有効です。結核の重症化を防ぐワクチンとして、生後1歳までは無料で接種できます。

#### ●健康診断を受け、症状があれば早めに受診しましょう

BCGの予防効果は10数年で切れるといわれています。乳幼児の時にBCG接種を受けた人も、成人になったら定期的に結核の健康診断を受け、症状があれば早めに医療機関を受診しましょう。

市は、11月下旬にかけて、健康診査を行っています。4月下旬に対象者へ健康診査の案内を送付していますので、日程を確認のうえ、お早めに申込みをお願いします。

### あすてらす健康相談室の案内

健康相談(予約制)、血圧測定、検尿などを行っています。お気軽にお越しください。☎72-6467  
毎週月～金曜日 午前9時～11時/午後1時～4時(あすてらす休館日を除きます)

●問合せ先 健康課健康推進係☎72-6666