



## 風邪だと思ったら…もしかしたら「結核」かも?

「結核」と聞くと“昔の人の病気”と思われがちですが、現在でも年間約2万人以上が発病し、約2千人が死亡する国内最大級の感染症です。初期症状が「風邪」と似ているため発見が遅れてしまい、結果、症状が悪化して周囲の人の感染にもつながってしまいます。そこで今回は、改めて注意していただきたい「結核」についてお話しさせていただきます。

### 結核とは?

結核とは、結核菌が原因で起こる感染症のことです。今から約70年前は日本人の死因の第1位でしたが、一時、国内ではほぼ消滅したように影を潜めてしまいました。

しかし、約20年前から再び患者数が増え、日本は先進国の中でも患者率が高くなっています。結核菌は、感染者の咳やくしゃみと一緒に空気中に浮遊し、これを吸い込んでしまうことで感染してしまいますが、ただし、感染しても発病する確率は約10%で、感染しても発病まで半年～数十年かかる人もいます。以前までは、抵抗力が低い高齢者に多い傾向にありましたが、最近では若い世代にも広がっているようです。

### 初期症状は?

結核の初期症状は、風邪とよく似ているため見過ごされがちです。もし、**2週間以上咳が続いたり、症状が良くなったり悪くなったりを繰り返すような場合は**注意しましょう。次のような症状があれば、早めに医療機関を受診してください。

- 咳が2週間以上続く
- 微熱が長く続く
- 体がだるい、疲れる
- 胸部が痛む
- 体重が減少する
- たんが出る



### 感染しやすい場所は?

結核菌は空気中を漂っているため、換気が悪い場所では感染のリスクが高まります。感染している人がその場になくても、結核菌だけが空気中に残り、いつの間にか感染してしまうケースもあります。最近では、ライブハウスやパチンコ店、インターネットカフェなどで感染する例も出ているそうです。特に次のような場所では気をつけましょう。

人が密集する場所

換気の悪い場所

人口の多い都市部

空気がこもる狭い空間

### 予防するには?

結核の感染や発症を予防するには、次のようなことを心がけてください。

#### 予防接種を受ける

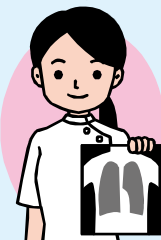
幼児期の感染、発症時の重症化を防ぐために、**BCGの予防接種は生後1歳までに受けるようにしましょう。**BCGは人工的に結核菌に感染させ、結核に対する免疫を作ります。

(ただし、この効果は一生続くものではありません。)

#### 早期発見につとめる

結核が疑われる場合は、感染を広げないためにも早めに医療機関を受診することが大切です。

また、**健康診断で定期的に胸のエックス線撮影を行うこと**で早期発見することができます。



#### 体の免疫力を高める

免疫力が低下すると、体内に潜伏していた結核菌が発症してしまいます。**過度なストレスや過労、不規則な生活習慣などを見直して、免疫力を高めるように**しましょう。



たとえ結核を発症したとしても、現在では半年ほどの服薬でほとんどの人が治り、手術をすることもほとんどないそうです。もし気になる症状があるようなら、お早めに医療機関を受診しましょう。