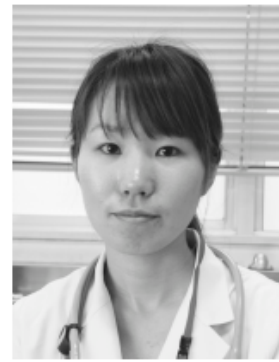


「肺炎」



内科医師

土師 恵

山香病院だより vol.79

こんにちは。今回は肺炎について、病気の説明と治療や予防の方法を紹介します。

肺炎は細菌やウイルスなどがからだに入り込んで起こる、肺の炎症です。症状としては、発熱、咳や痰、息苦しさや胸の痛みなどがあげられます。しかし年齢があがるほど、「熱もない、咳も出ない、なのに倦怠感が続く」「疲労感があり食欲がわかない」など、症状がわかりづらい場合が多くみられます。

肺炎の原因となる細菌やウイルスは人のからだや口常在菌の場に存在しています。からだの抵抗力(免疫力)が弱まったときなどに感染を起こしやすく、普段元気に暮らしている人でも、持病の悪化や体調不良などをきっかけに感染する可能性のある病気です。

肺炎が重症化すれば、死に至ることもあります。

肺炎の治療は、重症度と原因菌で決まります。軽症であれば外来で抗生剤の内服治療となりますが、中等症〜重症の場合は入院して抗生剤の点滴治療等が必要になります。

心不全の人や、COPD等の肺の持病をお持ちの人は特に注意が必要とされています。また、食事中によくむせたり食事をうまく飲み込めない人は誤嚥性肺炎を起こすことがあります。この場合は肺炎の治療と同時に食事摂取のリハビリテーションが必要になりますので、かかりつけ医に相談してください。

したがって、まずは肺炎にかからないことが重要です。家庭で実践できる予防方法としては、うがい、手洗い、マス

クの着用、歯磨きをして口の中を清潔にすることが挙げられます。

からだの抵抗力を高めるために、たばこを吸う人は禁煙が有効です。また、規則正しい生活をする、持病の治療をきちんとすることが重要です。

予防法の最後に、予防接種があります。現在勧められている予防接種は、5年に1回の肺炎球菌ワクチンと毎年接種するインフルエンザワクチンです。65歳以上の人、心不全、COPD、糖尿病等の持病をお持ちの人、施設入所されている人はぜひ、かかりつけ医にご相談ください。

寒い口が続きますが、皆さん健康に気をつけて年末を過ごしてください。

【主な死因別にみた死亡率の年次推移】

出典元：厚生労働省ホームページ

