

# すこやかたより

保健センター  
通信

TEL(48)1111  
(内311・312)

## 結核を予防しよう

どの粘膜に付着することで感染しますが、必ず結核を発病するわけではありません。体の免疫力が高ければ、菌の活動を抑え込むことができます。

### 結核の症状

体調が戻ったと思っても、体内に結核菌が残っていると、ゆっくり増え続け、再発する場合があります。しっかり薬を飲み、治療しましょう。

### 予防法

結核を予防するためには、日ごろから体の免疫力を高めることが重要です。免疫力をアップさせるためにも、以下のことを心掛けましょう。



結核は昔の病気というイメージを持つ人が多いと思いますが、今でも注意が必要な病気です。

結核患者数は減ってきていますが、新たに結核にかかった人のうち、70歳以上の方の割合が増えています。理由は、若いとき結核に感染していた方が、高齢になり体力や免疫力が低下すると、結核を発病する人がいるからです。

先日、芸能人が結核に感染していたということが話題になりました。結核は年齢に関係なく、若い方でもかかる病気です。この機会に、結核についての知識を深め、予防をしましょう。

### 結核とは

結核は、結核菌という「細菌」によって起こる病気です。空気中に漂う結核菌が鼻、のど、気管な

結核の代表的な症状は、微熱・せき・たん・体のだるさ・体重の減少があります。どの症状も結核特有の症状というわけではありません。

最初のうちは症状が軽いため結核と気付いたときにはかなり進行していることがあります。

2週間以上続く咳や数カ月での急激な体重の減少があれば、呼吸器科のある病院で受診しましょう。

### 結核にかかったら

結核はきちんと薬を飲めば治ります。症状が治まったあとも、病院で処方されたとおりに薬を飲み続けましょう。

- 早寝早起きをする。
  - 1日3食、しっかり食べる。
  - 体を動かし、体力を維持する。
  - 楽しく過ごし、大いに笑う。
- 結核は、治療が遅れると呼吸機能障害などの後遺症が残るだけでなく、周囲の人へ結核をうつしてしまう可能性が高くなります。症状が出る前に発見するには、胸のレントゲン検査が第一の手段となります。胸のレントゲン検査を受ける機会のない人は、阿久比町の健診で受けることができます。年に一度は胸のレントゲン検査を受けましょう。