



# 2018 8

## 大阪自動車整備健康保険組合

### 保健師からのお手紙



平素より健康保険組合の保健事業にご理解とご協力を賜り厚くお礼を申し上げます。  
今回は、夏から冬にかけて徐々に増える『マイコプラズマ肺炎』についてです。

「3~4週間、咳が止まらない」「風邪がなかなか治らない」など長引く咳の症状は、風邪ではなく『マイコプラズマ肺炎』かもしれません。お子さんがかかることが多いですが、大人は重症化しやすいとされています。以前は夏季オリンピックの年（4年周期）に大流行していたため『オリンピック病』と呼ばれていましたが、現在ではその傾向がなくなり、毎年のように流行しています。



#### 原因は？

- **マイコプラズマという細菌**が原因。
  - **飛沫感染**（咳やくしゃみなどから細菌を吸い込む）や、**接触感染**（手指や物、食品などにより口から体内へ入る）でうつります。
  - 潜伏期間は約2~3週間と比較的長めで、症状が出る数日前から感染力があります。
- ※ 感染力は、インフルエンザやノロウイルスほど強くありません。しかし、家族や友人など長い時間一緒に過ごす人が感染した場合は注意が必要です。

#### 症状は？

- **発熱**：発熱の程度は人によって異なり、熱が出なかったり、微熱ですむこともあれば、38~40℃の高熱が出ることもあります。
- **長く続く咳**：大人のマイコプラズマ肺炎では咳の症状が強くなる事が多く、夜間も続くため睡眠に支障をきたすことがあります。  
通常、乾いた咳が出る事が多いですが、気道の炎症が長く続き、分泌物が増えて湿った咳に変わることもあります
- **その他の風邪症状（頭痛、倦怠感、喉の痛みなど）**

症状が重くなると、中耳炎や髄膜炎、脳炎、肝炎などを起こすこともあります。



#### 検査は？

- ◆ 迅速診断法  
(咽頭粘膜を綿棒で採取して検査)
- ◆ 胸部X線
- ◆ 血液検査

など

## 治療は？

- 通常の肺炎で使用される抗菌剤は無効で、マクロライド系の抗菌剤が有効です。
- 自宅でのケアは、通常の風邪と同じく【睡眠・保温・水分補給】が大切です。
- 軽症の場合は、自然治癒もありえます。



## 注意！

マクロライド系抗菌剤を2~3日服用しても症状が良くならない場合や呼吸困難などの症状が出てきた場合は、耐性菌や合併症を起している可能性があるため、医療機関を必ず受診してください！

耐性菌の場合は、ニューキノロン系やテトラサイクリン系の抗菌剤が使用されます。



## 合併症は？

胃腸症状（下痢、吐気、嘔吐など）、肝障害、膵炎、腎障害（腎炎、IgA腎症）、脳炎、髄膜炎、中耳炎など

## 予防は？

- しっかり手洗いをする。
- 人混みを避ける。
- マスクをする。
- 帰宅時には、うがいをする。
- 屋外と屋内で衣服を替える。

通常の風邪  
予防と同じです。



- \* 身近な人が『マイコプラズマ肺炎』と診断されたら、自覚症状がある場合、早めに医療機関を受診しましょう！
- \* 受診時には、必ず『マイコプラズマ肺炎』が気になっていることを相談しましょう！



## 予後や再発は？

基本的に完治する病気です。ごくまれに肺にダメージが残る場合がありますが、その場合は感染症になりやすいため注意が必要です。また抗体が長期間持続しないため、再度感染することもあります。

今のところ効果的な  
ワクチンはありません。



ご質問・お問い合わせ先> 〒542-0066 大阪市中央区瓦屋町 2-3-1 岸和田第3ビル 3F 大阪自動車整備健康保険組合

医療費適正化対策室 保健師：上田、阪本 TEL06-6762-6371 FAX06-6763-1800

バックナンバーはホームページで <http://www.oj-kenpo.com>