

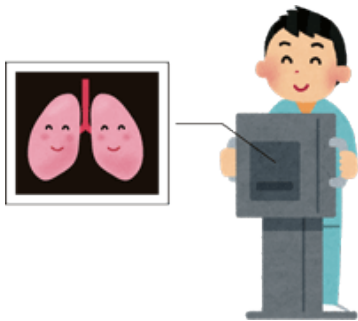


2020 **5** 月号

## 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御礼申し上げます。  
世界は、新型コロナウイルス、AIDS、マラリア、エボラ出血熱など様々な感染症と闘っています。  
その中で結核の患者数は年々減少していますが、日本における累積結核感染者は、推定約 2,000 万人。  
そして毎年 17,000 人の新しい患者が生まれ、約 2,300 人が命を落としている日本最大級の感染症なのです。**特に大阪は、断トツの全国ワースト 1 位**で、毎年約 1,800 人の新たな結核患者が発生しています。  
結核を過去の病気と思い込まず、結核を知り、正しい知識を得ましょう。



# 結核

それっていつもの  
風邪ですか？

### 結核とは

結核は、体の中に結核菌が入ることによっておこる病気です。  
感染してから 2 年以内に発病すると言われていたますが、多くは発症せず、発症してもきちんと毎日薬を飲めば治る病気です。

結核の症状は、最初のうちは風邪とよく似ています。

「咳」「痰」「発熱」「血痰」「胸痛」の 5 大症状の他に、「だるさ」「寝汗」等の症状が 2 週間以上続いたら要注意です。早めに医療機関を受診しましょう。



痰のからむ咳が 2 週間以上続くときは、  
医療機関を受診し、いつもと違うところを医師に伝えましょう！

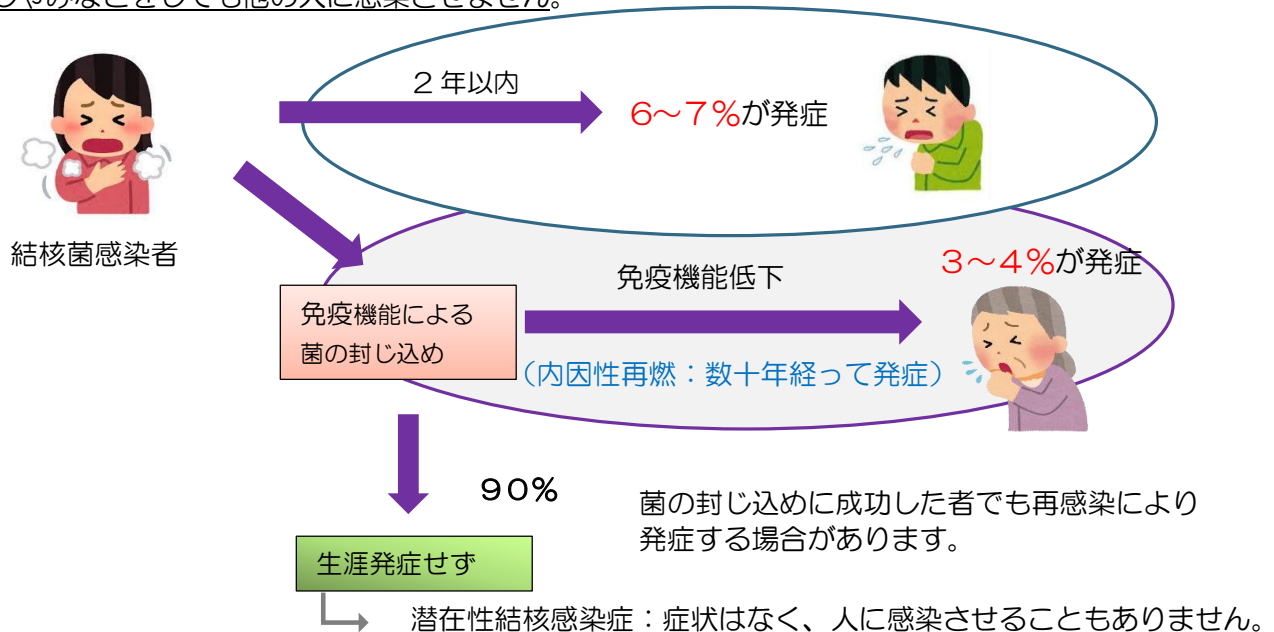
高齢者だけの病気ではなく、特に大阪では 10~20 代での結核も毎年発生しています。

## 感染経路と発症

感染＝体内に侵入した病原体が定着した状態

発症＝体内の病原体の活動により病状が現れた状態

結核に感染している人の咳やくしゃみのしぶきに含まれる菌（排菌）が空气中に飛び散り、菌を吸い込むことで感染します（**空気感染**）。しかし発症しても排菌していない場合（痰の中に結核菌が出ていない人）はくしゃみなどをしても他の人に感染させません。



## 結核をなくすには

**BCG 接種**：感染しても発症しないように免疫をつけます。1歳までにスタンプ方式で接種します。

**発症予防**：感染した人に、発症を防ぐために薬を飲んでもらいます。

**治療**：抗結核薬の内服治療をします。4種類の治療薬と副作用予防の薬を内服するため、多くの薬を毎日飲むことになります。治療は6か月間と長く、途中でやめずに治療終了までしっかり続けます。治療が中途半端になると薬剤耐性結核を起し、薬が効かなくなり治療が難しくなります。

## どんな時に発病するの？

結核が発症しやすいのは、

- ✓ 新しく結核菌に感染したとき。
- ✓ 昔に感染していた場合でも、からだの抵抗力が落ちたとき。

## 日常生活で注意することは？

- ✚ 定期的な健康診断（胸部エックス線）を受けましょう。
- ✚ 手洗い・うがい・咳エチケット。
- ✚ お子様には BCG が有効です。
- ✚ 適度な運動・栄養・睡眠。
- ✚ 過度なダイエットはしない。
- ✚ 換気の悪い密封空間に行かない。
- ✚ 薬を飲んでいる間はアルコールを控えましょう。
- ✚ タバコは止めましょう。



〈お問合せ先〉 ☎542-0066 大阪市中央区瓦屋町 2-3-1 岸和田第3ビル 3階 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 TEL：06-6762-6371 Fax：06-6763-1800

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