

# 結核から身を守るために 結核予防週間 (9/24~30)



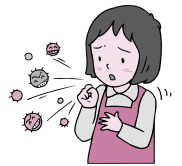
かがやき ☎54-7121

結核は、過去の病気ではありません。

明治時代から昭和20年代までの永い間、「国民病」「亡国病」と恐れられた結核。50年前までは、年間死亡者数も10数万人に及び死亡原因の第1位でした。医療や生活水準の向上により、薬を飲めば完治できる時代になりましたが、過去の病気とっていたら大間違い。今でも1日に80人の新しい患者が発生し、6人が命を落としている日本の重大な感染症なのです。

## ■結核ってなに？

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症を起こす病気です。結核患者の咳などで結核菌が飛び散り、周りの人がそれを直接吸い込むことで感染します。ただし、結核に感染しても必ず発病するわけではなく、通常は免疫により結核菌の増殖を抑え込みます。免疫により結核菌の増殖を抑えきれなくなると結核を発病します。結核を発症しても早期の患者、重症でも薬を飲み始めた患者は、結核を人にうつす恐れはとて低くなり、必ずしも周りの人にうつるとは限りません。



## ■日本の現状

現在の高齢者は、若い頃に結核流行時を経験していて、既に結核に感染している人が多く、体力・抵抗力が低下した時に、眠っていた菌が目覚まし発病しやすくなります。反対に、若い世代の多くは未感染のため、菌を吸い込むと感染しやすく比較的早い時期に発病する危険があります。結核は過去の病気と思いこみ、症状が現れても本人も医師も気付かず、受診や診断が遅れるケースが多いからです。

## ■こんな症状が続いたら・・・

結核の初期症状はあまりはっきりしたものではありません。咳やタンが2週間以上続いたり、体の具合が悪くなったと思ったらまた悪化したりします。心当たりの方はすぐに医療機関を受診しましょう。  
こんな時はすぐ病院に！！

- ①タンがでる
- ②長引く咳
- ③長引く倦怠感
- ④長引く微熱



## ■結核を予防するために

結核は、注意をしていればそれほど怖がる必要はありません。2週間以上咳が続くようでしたら、医療機関を受診しましょう。早期発見は本人の重症化を防ぐだけでなく、大切な家族や職場等への感染の拡大を防ぐためにも重要です。抵抗力の弱い赤ちゃんは、結核に感染すると重症になりやすく、生命を危ぶむことすらあります。結核を予防するために生後6ヶ月までにBCGを直接接種しましょう。現在、赤ちゃんへのツベルクリン反応検査は廃止され、BCGは直接接種となっています。一生のうち一度だけの機会です。生後6ヶ月までに必ず接種しましょう。対象者には、「かがやき」より個人通知があります。



## 健康アドバイス

常陸大宮済生会病院  
内科・呼吸器科医長  
中山雅之先生

結核と診断されても、6ヶ月間毎日きちんと薬を服用すれば治ります。しかし、症状が消えたからといって治療の途中で服薬を止めてしまえば治りません。それどころか、菌は耐性菌となり、時には薬が全く効かない多剤耐性菌になることもあります。決められた薬をきちんと服用することは非常に大切です。

## 今日のメニュー 白菜ゼリー

- 材料(20人分)●
- 白菜 3枚 水 600cc
- 粉寒天 1袋(4g) 砂糖 大さじ3
- 豆乳 300cc 砂糖 大さじ3
- 粉寒天 1袋(4g)

～市食生活改善推進員連絡協議会料理コンクール作品～ 野上 英子さん(大宮支部)

### ●作り方●

- ①白菜は、葉の部分を千切りにし、少し煮る。
- ②①を少し冷ましてからミキサーに入れ、よく混ぜる。鍋に移し、砂糖・粉寒天を入れ、沸騰させ型に流す。
- ③白菜の茎を細かく切り、豆乳を入れてミキサーにかける。鍋に移し、砂糖・粉寒天を加え沸騰させ、固まった②の上に流す。

**ポイント** 白菜の葉の緑の部分と白い部分を利用しました。  
白菜のかわりにほうれん草やかぼちゃでもよいです。