

# 保健室だより



令和6年9月発行  
大正大学 保健室

今から70年ほど前の1950年代、結核は「亡国病」と恐れられていました。しかし、医療が進歩し栄養状態や生活水準が良くなるにつれ、亡国病から「薬を飲めば治る病気」になりました。1年間の新登録患者数は減っていき、ついに2021年の罹患率が10（人口10万に対して）を切り、日本は「低蔓延化」を達成しました。ただし、コロナ禍での受診控えによる結核患者の発見の遅れ、入国制限による外国人入国者の減少などが、罹患率減少を加速したとも考えられ、油断は許されません。

## 結核は昔の病気ではありません

結核は、結核菌という細菌が体の中に入ることによって起こる病気であり、毎年約16,000人の方が新たに発症しているわが国の主要な感染症の一つです。

昭和20年代まで、結核は日本人の死亡原因の第1位であり、その高い死亡率や感染力のために「不治の病」「亡国の病」などとも呼ばれていました。第二次大戦後、我が国でも抗生物質の普及により治療の途が開け、BCGワクチンの普及や生活水準の向上などによって、結核による死亡者・死亡率は激減しました。

日本では、結核患者の減少とともに結核への関心が薄れ、予防に対する意識も薄らいだことが懸念されています。そのため、結核を発症してもそれと気づかずに、受診が遅れたりするケースが少なくありません。



結核を発病した人の約1割が外国生まれの患者です。20～29歳では7割が外国生まれです。



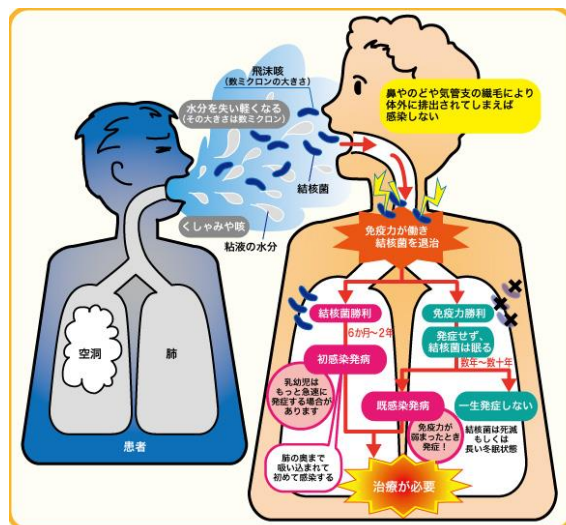
今でも1日に32人の新しい患者が発生し、5人が命を落としている日本の重大な感染症です。

## 「感染」と「発病」の違い

### 感染

吸い込んだ結核菌が肺に定着した状態をいいます。結核菌が体内にあっても、特に悪い影響を与えていない状態で、人への感染性もありません。感染した人が実際に発病するのは1割から2割程度で、感染してから6カ月から2年後までの発病が多いです。免疫力が低下したり体力が落ちたときに発病することもあります。一生発病しない方もいます。

### 感染しても発病するとは限らない



### 発病

結核菌が体内で増えて病気を引き起こした状態をいいます。発病の初期は、咳や痰の中に結核菌が出ませんが、結核の進行に伴い、咳や痰の中に結核菌が排菌され、排菌量が増えると他の人にも感染させるようになります。

## 長引く咳に注意！

タンのからむ咳・微熱・身体のだるさが2週間以上続いたら…  
まずは受診しましょう！！



結核の潜伏期間は、一般的に半年から2年と長く、症状（長引く咳、たん、微熱、体のだるさなど）も特徴的なものがないため発覚が遅れがちです。風邪だと思っていたのになかなか治らない、食欲がなく体重が落ちてきた等いつもと違う症状がある場合、早めに医療機関を受診しましょう。

## 結核だけじゃない！咳が長引いたら…

### 頑固な咳をともなう呼吸器感染症、マイコプラズマ肺炎

マイコプラズマ肺炎は、「肺炎マイコプラズマ」という細菌に感染することによって起こる呼吸器感染症です。小児や若い人の肺炎の原因として、比較的多いものの一つです。直近の2024年は、2020～2023年と比較して報告数が増加しています。



#### 症状

発熱や全身の倦怠感、頭痛、咳などの症状がみられます。咳は熱が下がった後も長期にわたって（3～4週間）続くのが特徴です。

#### 治療

特定の抗菌薬で治療されます。軽症で済む人が多いですが、重症化した場合には、入院加療が必要になることもあります。

## 9月のレシピ

### けんさん焼き



#### 材料（2人分）

ごはん 320g（80g×4個）  
味噌 大さじ1と1/2  
砂糖 大さじ1/4

#### 作り方

1 味噌と砂糖を混ぜ、甘味噌をつくる。  
2 ご飯を8等分し、平たく丸型ににぎり、フライパンや焼き網、オーブントースターで両面をさっと焼く。  
3 甘味噌をおにぎりに塗り、こんがり焼く。お好みでしょうがや柚子、山椒などの味噌をつけても良い。



## 今月の花

9月の花：秋桜

花言葉：「乙女の真心」「調和」「謙虚」

