



RAKUWA
lecture of health

第233回 らくわ健康教室

2015年3月25日



知っておきたい 感染症のあれこれ

洛和会音羽病院 総合診療科 感染症科 部長 兼務 かみ や 神谷 とおる 亨

知っておきたい感染症のあれこれ

はじめに

感染症とは、身の回りにある“ばい菌”が体内に侵入することで引き起こされる病気です。本日は、代表的な感染症である肺炎や結核、百日咳、破傷風、^{ほうしん}帯状疱疹についてお話しします。



感染症科が扱う主な“ばい菌”

以下のような“ばい菌”が、感染症を引き起こします。

- 細菌** ... 溶連菌、ブドウ球菌、インフルエンザ菌、百日咳、破傷風菌、ジフテリア、結核菌など。
- ウイルス** ... アデノウイルス、エンテロウイルス、インフルエンザ、SARS、はしか、おたふく、風疹、狂犬病、日本脳炎、黄熱、HIVなど。
- かび** ... おむつかぶれ(カンジダ)、水虫、爪白癬など。
- 寄生虫** ... マラリア、アニサキス、サナダムシなど。

肺炎

日本人の死因の1位はがん(28.8%)ですが、以下、心疾患(15.5%)、肺炎(9.7%)、脳血管疾患(9.3%)と続き、肺炎は死因の第3位です。肺炎は、肺の組織に炎症が起きる病気の総称です。風邪の症状から始まり、高熱や咳、胸の痛みなどが続きます。病気による体力低下や高齢による免疫力低下で、ちょっとした風邪から肺炎を起こすことが少なくありません。



肺炎の予防法

- 風邪やインフルエンザにかからないようにしましょう。
- 風邪の季節にはできるだけ人ごみを避け、マスクをする。帰宅したらうがいや手洗いをしましょう。
- 感染しやすいのは体が弱ったときです。不規則な生活やストレスなどによる疲労をためないこと、睡眠を十分にとること、栄養のバランスの取れた食事をするを心掛けましょう。

肺炎球菌ワクチン

肺炎の原因菌のうち、最も多いのは肺炎球菌(55%)で、以下、クラミジア、インフルエンザ菌、黄色ブドウ球菌…と続きます。この肺炎球菌に有効なワクチンが、肺炎球菌ワクチンです。接種を必要とする対象者は以下のとおりです。

肺炎球菌ワクチン接種を必要とする対象者



- ① **65歳以上の高齢者で**
 - 肺炎球菌ワクチン接種を受けたことがない人
- ② **2～64歳で下記の慢性疾患やリスクを有する人**
 - 慢性心疾患(うっ血性心不全、心筋症など)
 - 慢性呼吸器疾患(COPDなど)
 - 糖尿病
 - アルコール中毒
 - 慢性肝疾患(肝硬変)
 - 髄液漏
- ③ **脾摘をうけた人、脾機能低下の人**
- ④ **老人施設や長期療養施設などの入所者**
- ⑤ **易感染性患者(HIV患者など)**

日本呼吸器学会編・成人市中肺炎ガイドラインより改変

肺炎の予防には、インフルエンザワクチンも重要です。肺炎球菌ワクチンと両方接種することで、入院率を63%、死亡率を81%減らせたとの報告もあります。

結核

結核は、結核菌によって起こる慢性感染症です。空気を伝わって人から人に感染します。感染しても発病する人は1～2割です。発病しても、約6カ月間きちんと治療(服薬)すれば、完治します。

WHO(世界保健機関)によれば、世界の人口の3分の1(約20億人)が結核に感染しており、2013(平成25)年の1年間に、世界で新たに900万人が結核に感染しました。アジアやアフリカの貧困国に多く発生しています。



2006(平成18)年には、1年間に世界で150万人が結核で死亡しました。(1日に4,110人ずつ死亡したことになります)

対策のポイントは以下のとおりです。



結核対策のポイント

- **長引く咳、微熱、寝汗**があったら、結核を疑って医療機関を受診してください
- **早く発見**する程、**軽く済む**
- **早く治療**する程、**治りがよい**
- **発見が遅れる**と、**重症化**したり、**他人に菌をばらまいたり**してしまいます

長引く咳…百日咳かも？

- もしあなたが、**しつこい咳**に悩まされていたら、百日咳にかかっていることがあります。
- 百日咳とは、百日咳菌による呼吸器感染症です。
- 子供の病気というイメージがありますが、**大人でもかかる**ことがわかっています。
- **2週間以上咳が長引いたり、激しい咳で夜眠れなかったり、咳と一緒に吐いてしまったら、百日咳かもしれません。**
- 百日咳は**人にうつりやすく、生後6か月**ほどの**4種混合ワクチン未接種の乳児**にうつると、**命にかかわる**病気に発展することがあります。
- **抗生物質で治療**すると数日で症状が治まり、周囲にうつす心配もなくなります。**しつこい咳があれば、早めに受診を！**



破傷風

破傷風は土の中に住んでいる破傷風菌が起こす病気です。

- けがをして傷口から破傷風菌が入ると、菌が神経毒素をつくり、それによって、全身の筋肉が緊張しっぱなしの状態となります。
- 潜伏期3～21日のあと、口が開きにくい、ものが飲み込みにくいなどの症状に始まり、全身の筋肉の緊張で体がのけぞり、呼吸筋も侵されて呼吸困難を生じ、重篤な場合は窒息死します。

- 破傷風に対する免疫をもっていない母親に赤ちゃんが生まれるとき、^{へそ}臍の緒を不潔なハサミで切ると、破傷風菌が感染して赤ちゃんに発症することがあります。(死亡率75%、主に途上国で発生しています)

破傷風は大人でもかかります。日本では1年間に30～50の方が破傷風を発病しています。1999(平成11)年と2000年の2年間では157人が破傷風を発症しましたが、このうち30歳以上の大人が150人いました。致命率は20～50%と高率です。

10年間に1回は、破傷風のワクチンを接種しましょう

- 皆さんが小さい頃に接種した、3種混合ワクチンの中に破傷風に対するワクチンの成分が入っています。
- ワクチンによる防御力は、**接種後約10年間のみ**です。
- 従って、多くの大人は、すでに防御力がなくなっていると考えられます。
- けがで病院を訪れた際には、破傷風ワクチンの接種をお勧めしていますが、そうでなければなかなか接種する機会がありません。
- もう効き目が切れていると思われた方は、お近くの病院に、破傷風ワクチンを打ってくださいと受診してはいかがでしょうか。

帯状疱疹

小さい水ぶくれが集まった急性炎症性皮膚疾患のことを「ヘルペス」といいますが、ヘルペスには2種類あります。



2種類の「ヘルペス」

ヘルペス＝小さい水ぶくれが集まった急性炎症性皮膚疾患

1 単純疱疹

原因：単純ヘルペスウイルス



2 帯状疱疹

原因：帯状疱疹ウイルス(水ぼうそうウイルス)



帯状疱疹を引き起こすウイルスは、水ぼうそうのウイルスと同じものです。子どものころにかかった水ぼうそうのウイルスは、体の奥にある神経の節に潜り込んで冬眠状態に入ります。年をとるなど、免疫力が低下したときにウイルスが再び暴れだして帯状疱疹が生じます。約3割の人は、一生のうちに帯状疱疹にかかります。宮崎県の調査では、80歳までに3人に1人が発症したという報告があります。

帯状疱疹が目の周囲にできた場合、治療が遅れると失明の恐れがありますので、特に注意が必要です。

目の周囲の帯状疱疹 → 失明の危険



- 額から目の周囲の帯状疱疹では、角膜が障害されることがあります（65%に角膜障害が生じうる）。
- 治療が遅れると、失明につながる可能性があります。

帯状疱疹の治療法

帯状疱疹にかかったら、早めに受診して抗ウイルス薬による治療を受けましょう。皮膚や痛みの早期改善につながります。

帯状疱疹になった人の3～14%に、合併症（帯状疱疹後神経痛）が起こります。長年にわたり、痛みが続くことがあります。飲み薬で痛みが和らぐことがあります。

帯状疱疹の予防法

帯状疱疹の予防法は、以下のとおりです。

帯状疱疹は**予防**できるの？

- 子どものころに水ぼうそうになると、水ぼうそうに対する免疫がつきます。
- しかし、年をとるとその免疫が徐々に弱ってきます。
- 年をとって帯状疱疹にならないためには、ワクチンでその免疫を強化することが一つの方法です。
- 50歳以上の成人には、**水痘ワクチン**を接種することで**帯状疱疹を半分に減らし**、**帯状疱疹後疼痛を約70%減らす**ことが可能ではないかと考えられます。
- 水痘ワクチンについては、洛和会音羽病院の総合診療科外来（感染症科医担当）でご相談ください。



トラベルクリニック

海外旅行や海外駐在に出向かれる前に、トラベルクリニックを利用してみませんか？ 滞在地別に、どのような感染症に注意したら良いのかや、予防法について情報を提供します。また、渡航前に、破傷風ワクチン、A型肝炎ワクチン、B型肝炎ワクチンなど、渡航先ごとに薦められている予防接種もいたします。マラリア流行地に行かれる方には予防薬を処方します。渡航の2～3カ月前までに受診していただくと余裕をもって対応することができます。

ご予約  **0120(489)300**

質疑応答 より

Q 破傷風ワクチンを打ち、翌年も打つように言われたのですが。

A 大人で初めて打つ場合、複数回打つほうが抵抗力がつくと考えられます。

Q 若いときに結核にかかった人が高齢になって発病することがあるのですか？

A はい。若いときに結核菌を吸い込んで発症しなかった人で、抵抗力が衰えた高齢期に、眠っていた結核菌が暴れ出すケースがあります。



洛和会音羽病院
総合診療科
感染症科 部長 兼務
かみ や とおる
神谷 亨

専門領域

内科学・感染症学

専門医認定 ・資格など

- 日本内科学会認定内科医／総合内科専門医
- 日本感染症学会感染症専門医／指導医
- 米国内科学会専門医 ● 米国感染症学専門医
- 米国ユタ州医師免許 ● 臨床研修指導医
- 日本プライマリケア連合学会認定医
- インфекションコントロールドクター (ICD)