

結核から自分と家族の健康を守ろう！

かつて「国民病」と言われた結核も、医療や生活水準の向上のおかげで、きちんと治療すれば完治するようになりました。しかし、結核は今もわが国最大の感染症です。結核は人から人へうつる病気です。ひとりひとりが結核の正しい知識を身につけることは、自分や家族、周りの人の健康を守るために大切です。

●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。結核患者が咳やくしゃみをした時に、飛び散るしぶきの中に結核菌が空気中に浮いていて、その空気を吸い込むことによって感染します。痰の中に菌を出していない軽症の場合は、他人にうつす恐れはありません。

●結核に感染した（うつった）と発病した（結核になった）とは違います。

結核菌を吸い込んでも身体の免疫機能により、体内に結核菌が閉じこめられた状態を「感染」と言います。そして、身体の免疫力・抵抗力の低下により、結核菌が活動を始めることを「発病」と言います。発病するのは、感染した人の1割程度で、一生発病しない人もいます。

●かぜのようでかぜじゃない…それが結核です！

以下のような症状が続く場合は、すぐ病院へ行きましょう！

- ◎ 2週間以上続く咳
- ◎ 長引く微熱
- ◎ 長引く倦怠感（体がだるく、活力が出ない） など

●結核の予防は「規則正しい生活」から！

家庭でできる予防法

- ① 睡眠時間を十分にとる
- ② バランスの良い食事をする
- ③ 適度にスポーツをする
- ④ 長引く咳、微熱、倦怠感が続いたら、早く病院に受診する
- ⑤ 定期健診を受ける

※ 結核は過労・睡眠不足・栄養不足により抵抗力が弱まった時に、発病します。

●若いからといって油断できません！

子どもの頃、BCG 接種を受けている若い人も「絶対に大丈夫」とはいえませんが、BCG 接種で身についた免疫力は10年から15年予防効果があると言われています。結核に感染する機会が減ってきた現状では、未感染者の比率が高くなり、結核患者が発生すると集団感染が起こる危険があります。

市では、結核健康診断・肺がん検診として「胸部エックス線撮影」を実施しています。（40歳以上）
年1回は、必ず検診を受けましょう！