

肺炎



宣言

明るい
笑顔

すぐ
返事

伝える
元気

かちどき薬品
げんき君 ホームページ
健康に関する情報がいっぱい
<http://www.genki1616.co.jp>

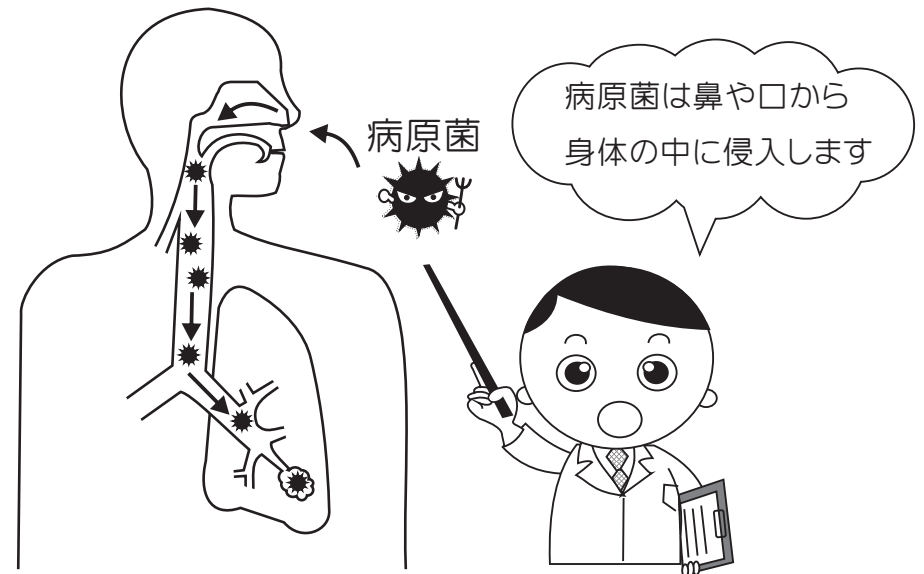
かちどき薬品グループ



肺炎とは、さまざまな病原菌の感染によって肺に炎症が起こる病気です。

なぜ肺炎になるの？

肺炎の原因となる細菌やウイルスは、呼吸をするときに鼻や口から身体の中に侵入します。健康な人は、のどでこれらの病原菌を排除することができます。しかし、風邪などをひいて、体力や免疫力が低下している時やのどに炎症が起きている時など病原菌の感染力の方が免疫力を上回ると、病原菌が肺にまで入り込んで感染し、肺炎になってしまうのです。



肺炎の種類と原因

病原菌により「細菌性肺炎」「非定型肺炎」「ウイルス性肺炎」などの種類があり、それぞれ治療薬が異なります。複数の菌が混合感染している場合もあります。

細菌性肺炎 肺炎球菌、インフルエンザ菌、黄色ブドウ球菌などの細菌が原因で起こる

非定型肺炎 マイコプラズマ、クラミジアなどの一般の細菌とは異なる微生物などが原因で起こる

ウイルス性肺炎 インフルエンザウイルス、麻疹ウイルス、水痘ウイルス、アデノウイルスなどのウイルスが原因で起こる

肺炎の症状

典型的な肺炎の自覚症状とは・・・

- ・長引く咳、痰
- ・発熱
- ・胸の痛み
- ・呼吸困難（重症の場合のみ）
- ・意識障害（重症の場合のみ）



非定型肺炎の場合は、痰を伴わない乾いた咳が長く続くことが多く、細菌性肺炎の場合は、黄色や緑色を帯びた痰を伴う湿った咳が出ることがあります。

肺炎の種類

細菌性肺炎

主な症状は、38～40度の発熱、咳や痰、倦怠感、食欲不振などが起こります。咳が強い場合は胸の痛みも伴います。

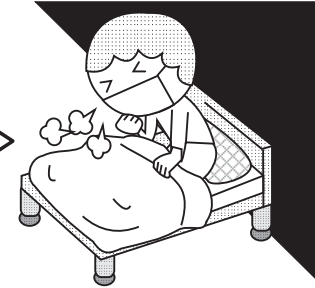


風邪だと思っても、1週間以上発熱が続く場合や唇が紫色になるチアノーゼ、意識混濁、強い喘鳴などがある場合は、肺炎が進行している疑いがあります。早めに医療機関を受診することが大切です。

マイコプラズマ肺炎

<非定型肺炎>

学童期や若年の成人に比較的多く発症し、乳幼児や高齢者に少ないという特徴があります。感染した人の咳などによって飛び散った唾液のしぶきを、吸入してしまい感染する飛沫感染です。



症状は38～40度の発熱や、夜眠れないほど激しい咳が長期間続くのが特徴です。

普通は1～2週間で回復に向かいますが、気管支炎や咽頭炎、激しい頭痛や嘔吐を伴う場合は髄膜炎を併発することもありますので注意が必要です。

レジオネラ肺炎

<非定型肺炎>

レジオネラ菌が、温泉、24時間風呂、加湿器、噴水、空調設備といった場所で増殖し、それらをエアロゾル(霧状)として吸入することで発症します。

乳幼児や高齢者、免疫力が低下している人などが感染しやすい傾向にあり、人から人への感染はありません。

レジオネラ菌による感染症には、レジオネラ肺炎とポンティアック熱があります。

レジオネラ肺炎は高熱、筋肉痛、吐き気、意識障害等を主症状とし、時として重症になる場合があります。

一方、ポンティアック熱は、発熱、悪寒、筋肉痛などが見られますが、一般に軽症で数日で治癒します。

ウイルス性肺炎



呼吸器に感染するウイルスによっておこる肺炎です。

ウイルス性肺炎の中では、インフルエンザウイルスによる肺炎にもっとも注意が必要です。高齢者や慢性呼吸器疾患のある方では重症化しやすく、また細菌感染によって細菌性肺炎を発症することがあります。

治療



治療は、病原菌が判明した場合は、その病原菌に適した抗菌薬による治療が行われます。

原則として、軽症及び中等症例で脱水を伴わない症例は外来での治療、中等症で脱水症状を伴うもの及び重症例では入院して治療を行います。

肺炎の予防

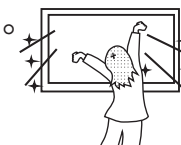
風邪やインフルエンザに注意しましょう

風邪やインフルエンザをこじらせて肺炎にならないように、うがいや手洗い、マスクなどの予防をしっかりと行いましょう。



体調管理に気をつけましょう

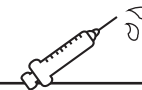
日頃から規則正しい生活をおくり、十分な睡眠と栄養バランスのとれた食事を心がけましょう。



肺炎が疑われたら早めに医療機関を受診しましょう

治療を始めるのが早いほど回復も早くなります。肺炎が疑われる時は早めに医療機関を受診し、治療を受けることが重要です。

肺炎球菌の感染を予防するワクチンがあります



高齢者や慢性の病気を持っている方は、医師に予防接種の相談をしてみるのも良いでしょう。

慢性の病気を持っている方へ



糖尿病や腎不全、肝硬変など慢性の病気をお持ちの方は、免疫力が低下したり、病原菌に感染しやすくなるため、肺炎になりやすいといわれています。治療をきちんと受けて、健康管理に気をつけましょう。

高齢者の肺炎

高齢者の方は特に注意しましょう。

高齢者の肺炎は、高熱や咳や痰、呼吸困難など定型的な症状が出にくいことから、発見が遅れ重症化しやすくなります。

下記のような症状がある場合には、すぐにかかりつけの医療機関を受診して下さい。



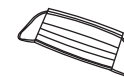
高熱・激しい咳などがなくても
こんな症状に注意して下さい

- いつもより何となく反応が鈍い
- いつもより元気がない
- 食欲がない・好きなものも
食べたがらない
- 意識がもうろうとしている
- 呼吸や脈拍が速い



高齢者の肺炎予防

○手洗い・うがい・マスクの着用



帰宅時には手洗い、うがいをし、外出する時には気密性の高いマスクを着用しましょう。

○肺炎球菌ワクチンの予防接種



○徹底した口腔ケア(誤嚥性肺炎の予防)

歯磨きやうがいをして、口の中をいつも清潔に保ちましょう。

肺炎球菌ワクチンについて

高齢者の肺炎の原因となる病原菌の中で、最も頻度の高い「肺炎球菌」を予防するワクチンがあります。一度接種すると約5年間効果は持続するとされ、インフルエンザワクチンとの併用で肺炎の予防効果がさらに期待されます。

誤嚥性肺炎 ごえんせいはいえん



ごえん
誤嚥とは、唾液や食物、胃液などが気管に入ってしまうことをいいます。その食物や唾液に含まれた細菌が気管から肺に入り込むことで起こるのが誤嚥性肺炎です。誤嚥性肺炎を予防するために、口腔ケアをしっかり行い、口腔内に肺炎病原菌の定着を防ぐことが重要です。