

高齢者の肺炎

命にかかわる こともあります



宣言
明るい笑顔
すぐ返事
伝える元気

かちどき薬品 ホームページ
げんき君 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

気をつけて! 高齢者の肺炎

高齢になると体力や免疫の働きが低下して、肺炎を起こす病原体に感染しやすく、一度発症すると重症化しやすい傾向があります。高齢になるほど肺炎の死亡率も高くなるため、注意が必要です。

- ❖ 一度肺炎にかかると治りにくく、進行しやすい。
- ❖ 日本人の年齢別死因の統計によると、65歳以上では「がん」「心臓病」「脳血管疾患」に次いで4番目に多い。80歳以上では3番目、90歳以上では2番目に多い。
参考) 厚生労働省 平成22年 人口動態統計
- ❖ 症状に気づきにくく、見逃されやすい。



こんな人は注意が必要です

65歳以上の人

持病のある人

65歳未満でも
注意が必要です

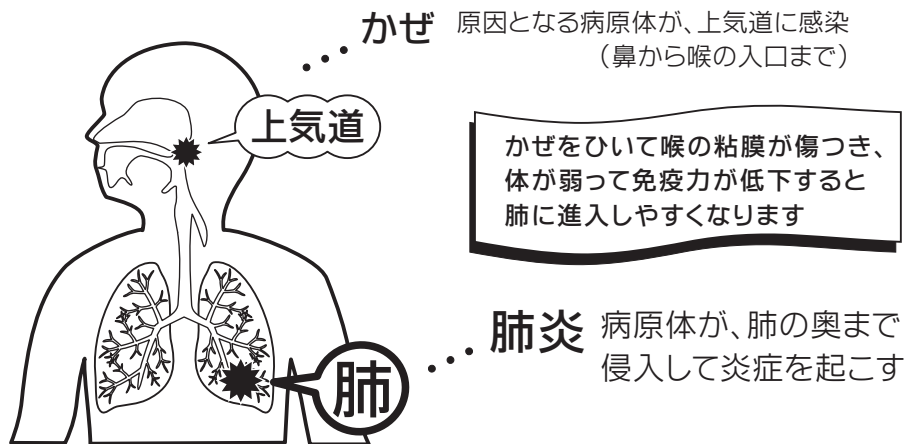
免疫の働きが低下していると、肺炎にかかりやすく重症化しやすいため、充分気をつけましょう

- 肺・心臓・腎臓・肝臓の病気がある人
- 糖尿病・がん・膠原病の人
- 脾臓の摘出手術を受けた人
- ステロイド薬・免疫抑制薬を服用している人

①

肺炎の起こり方

肺炎は、かぜやインフルエンザにかかった後に起こることが多く、口や鼻から侵入した病原体が肺の奥まで入り込み、増殖して炎症を起こします。



さまざまな種類があります

こえんせい 市中肺炎、院内肺炎、誤嚥性肺炎とは？

「市中肺炎」 普段の生活を送っている人が、かかった肺炎
「院内肺炎」 何らかの病気やケガで入院中に、かかった肺炎
「誤嚥性肺炎」 誤って気管に食べ物等が入ったことが原因の肺炎

原因となる病原体もさまざま

病原体として最も多いのは「肺炎球菌」ですが、
細菌ではなく微生物やウイルスが原因のこともあります。

②

肺炎の見分け方



肺炎は「かぜ」の症状とよく似ているため
「かぜだと思っていたら実は肺炎だった」ということも多く、
症状の出方には個人差があり、発見が遅れがちです。

かぜと肺炎の違い

肺炎		かぜ
38℃以上の高熱 強い	発熱	38℃未満が多い
黄色や緑色	咳	普通
3~4日以上続く	痰	無色透明
息苦しさ・胸の痛み	期間	3~4日以内で軽減
	その他	

高齢者の症状

いつもとちょっと違う...?と
思ったら、早めに受診しましょう

高齢者の場合は、上記のような症状が見られず、
こんな症状が現れることもあります。

呼吸が
速い

ぐったり
する

食欲が
ない

意識が
もうろう

症状がわかりにくく、発見が遅れると重症化することもあります。
同居している人や介護する人は日頃からよく観察し、兆候を見逃さないようにしましょう。

③

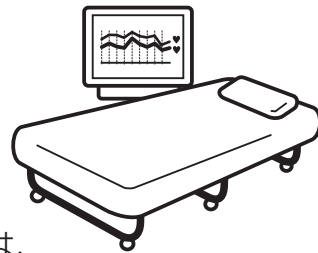
肺炎の治療



肺炎は命にかかわることもあるため、治療は急を要します。速やかに診断し、病原体を死滅させる抗菌薬による治療を始めることが大事です。

病原体の増殖を抑え込むだけで症状が治まることがありますが、高齢者など体力や免疫が低下している人は、一旦症状が治まっても再発することがあります。通院や服薬を自己判断でやめたりせず、完治するまで医師の指示に従って治療を続けましょう。

入院治療



症状が軽い場合は通院治療で治る場合が多いですが、高齢者や他の持病のある人、呼吸困難や脱水症状などが起きている場合は、入院治療も考えられます。

特に高齢者は重症化しやすいため周囲の人は注意して見守り、症状が悪化する前に医療機関の指示を受けましょう。



食欲の低下

こんな場合は入院治療が必要です

血圧低下

脱水症状

呼吸困難

意識障害

④

肺炎にならないために

◎ かぜをひかない

肺炎の誘因になる「かぜ」をひかないように、次のことに気をつけましょう

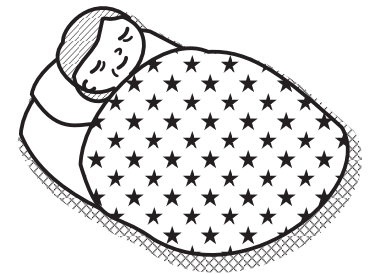
- 手洗い・うがいをこまめにする
- 体を冷やさない
- 室内を保湿・換気する
- 外出する時は、できるだけ人ごみを避ける



◎ 体力の維持

感染症の予防には、健康的な生活をして体力を維持することが大切です

- 睡眠と栄養を十分にとる
- 過労や不規則な生活を避ける



◎ 口の中を清潔に

肺炎を起こす病原体は口の中にも存在しており、誤って気管に入ると肺炎をひき起こします。

口の中は細菌が繁殖しやすいため、うがいや歯みがき、口腔ケアなどで口の中を清潔に保ちましょう。

虫歯や歯周病は、歯科できちんと治療しましょう。



⑤

肺炎にならないために

禁煙

喫煙によって、肺の組織が傷ついたり、免疫力が低下して肺炎が起こりやすくなります。

本人は吸っていないなくても、近くに喫煙者がいる場合は受動喫煙に気をつけましょう。



持病の治療

持病のある人は健康な人に比べて肺炎にかかりやすく重症化しやすいため、きちんと治療を受け、医師の指導をしっかりと守って体調管理をしましょう。

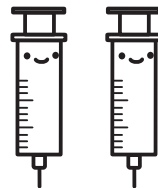


予防接種

予防のためのワクチンは、発症を完全に防ぐものではありませんが、肺炎の重症化を防ぎ、死亡率を下げる効果が認められています。

一般に勧められるのは、肺炎球菌ワクチンとインフルエンザワクチンの2つです。

詳しくは次ページに
.....



予防接種について

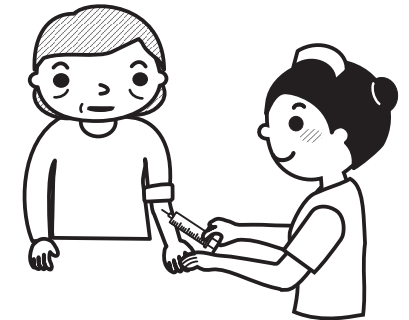
抗菌薬の効きが悪い耐性菌が増えて、肺炎による死亡数が近年増加していることもあり、予防のためのワクチン接種が注目されています。

●肺炎球菌ワクチン

原因となる病原体の中で最も多いのが「肺炎球菌」です。肺炎球菌ワクチンは「肺炎球菌」が原因の場合に重症化を防いだり、死亡率を低下させることがわかっています。1回の接種で約5年間有効とされ、特に65歳以上の人には接種が勧められています。

現在は保険が適応されませんが、区市町村により公費助成のあるところもあります。

ひそろ
(脾臓摘出などで、保険適用になる人もいます)



●インフルエンザワクチン

インフルエンザを防ぐことで肺炎の予防にもつながります。肺炎球菌ワクチンとインフルエンザワクチンのうち、1つだけを接種するよりも、両方受けたほうが肺炎による死亡率が下がることがわかっています。

インフルエンザワクチンは、毎年、流行期の前に接種するとよいでしょう。