

ふれあい曾山医院

2008年1月号(第52号)

発行人：曾山 信彦

兵庫県淡路市志筑1391-9

Tel: 0799-62-5566

http://www.h6.dion.ne.jp/~soyama

肺炎にご用心!

“かぜをこじらせて肺炎になった”という話を聞いた事がある方も多いのではないのでしょうか?

風邪やインフルエンザの後には体力が落ちて細菌に感染しやすい状態になっています。風邪の後に起りやすい肺炎の特徴を知り、予防に努めましょう。



謹んで新年のお慶びを申し上げます



肺炎とは・・・さまざまな病原菌の感染によって肺炎が起った状態のことです。日本では年間約八万人の方が肺炎により死亡しています。

●主な症状

- ① 激しい咳や膿のような痰が止まらない。痰に緑や黄の色がついている。
- ② 38度以上の高熱が続く。
- ③ 呼吸が苦しくて夜眠れない。
- ④ 呼吸、脈拍が増え、冷や汗が出る。
- ⑤ 顔色が悪い。
- ⑥ 食欲不振。
- ⑦ 咳をすると胸が痛い。

●検査

- ① 脈拍・呼吸や酸素濃度など全身状態の観察。
- ② 胸部X線撮影。
- ③ 白血球や炎症反応を調べ血液検査。

●治療

抗菌薬・解熱薬・咳止め・去痰薬などが用いられる。軽症なら自宅で服薬、安静、保温で治療するが、症状が重い場合は抗生物質の点滴を継続したり、入院する場合もある。

●予防

- ・ 睡眠をしっかりとる。
 - ・ 栄養と水分をとる。
 - ・ 規則正しい生活をする。
 - ・ ストレスを解消する。
 - ・ 禁煙をする。
- 肺炎にかかりやすい人
- ・ 呼吸器に慢性的な病気がある人。
 - ・ 糖尿病や心臓病、腎臓病、肝臓病、がんなどの病気がある人。
 - ・ ステロイド剤や免疫抑制薬などを長期間服用している人。



その中で半数近くを占めるのが「肺炎球菌性肺炎」です。健康者の鼻や喉に定着している事が多く、体力が低下した場合に増殖します。感染力はそれ程強くないですが、最近では予防のために『肺炎球菌ワクチン』を接種される方も増えていきます。このワクチンは一生のうち一回しか接種できませんが、一回の接種で五年以上免疫が持続するという報告があります。もし肺炎にかかっても軽い症状で済む効果が期待されます。当院でも接種できますのでご希望の方は受付まで御相談下さい。

他にもう一種類秋〜冬にかけて大流行する「マイコプラズマ肺炎」をご存知でしょうか? 肺炎の30〜40%を占め、感染力が強いので学校や職場で集団感染する傾向があります。特徴は一般的な肺炎の症状と異なり、ゴホッゴホッという頑固な激しい乾いた咳が続き、透明または白っぽい痰が出ます。

最後に高齢の方が肺炎にかかる前に述べた様な症状とは異なり、熱は高くないのに呼吸が荒い、元気がなくなる、脈が速いといった症状が見られます。少しでもいつもと様子が異なる場合は早期にかかりつけ医を受診して下さい。

今年の冬こそ風邪をひかず元気に乗り切りたいものです。ね。(看護師 西岡 博子)



今回の題字は、読者の方にお書きいただきました。