

衛生委員会報告

肺炎について

資料作成 草野 裕子

★肺炎とは？

●一般的に肺炎とは、細菌やウイルスなどの病原体が肺に入って感染し、肺に炎症が起こる病気のことを言います。

多くの病原体は、空気と一緒に身体の中に入ってきます。通常、人間の身体に備わっている様々な防御機能が病原体をやっつけるのですが、病気にかかっている時や、高齢や低年齢のため体力や免疫力が弱っているときなどに肺炎を起こしやすくなります。

平成 27 年の統計によれば、肺炎は、がん、心臓病に続いて日本人の死亡原因の第 3 位となっている病気です（厚生労働省より）。

●風邪にかかっている時、体力のある方では肺炎に発展してしまうことは多くありません。しかし、例えば風邪やインフルエンザによって喉や気管支が炎症して体力が弱っている時、免疫の弱い高齢者や子供、慢性疾患を持っている方などが肺炎にかかりやすく治りにくい傾向があるので、予防と早めの治療が重要です。

●感染する環境や病原体によって肺炎はいくつかの種類に分けられます。

◆病原体による分類

◇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

◇非定型肺炎 ・マイコプラズマ、クラミドフィラなどの微生物

◇ウイルス性肺炎・インフルエンザウイルス、麻疹ウイルス、水痘ウイルスなどのウイルス

◆感染する環境による分類

◇市中肺炎

- ・日常生活を送っている人が病院、診療所の外で感染して発病する。
- ・風邪やインフルエンザをこじらせた時に多く起こる

◇院内肺炎

- ・何らかの病気のために病院に入院してから 48 時間以降に発病する。
- ・気管内挿管で人工呼吸器をつけていたり、抵抗力が低くなっていたりするときに発病することが多い

◆その他の肺炎

◇高齢者に多く起こるのが、誤嚥性（ごえんせい）肺炎です。年を取るにつれて、咳をすることや、飲み込む運動がうまくできなくなり、誤って唾液や食物が気管に入ってしまうことがあります。それを誤嚥と呼びます。誤嚥性肺炎とは、細菌が唾液や胃液と共に肺に流

れ込んで生じる肺炎のことをいいます。

★肺炎に罹ったら？

- 肺炎は風邪やインフルエンザの合併症として発症することが多い病気なので、風邪のような症状が長く続いていたり悪化していたりする場合には、肺炎を疑ってみることが大切です。

発熱、咳、鼻水などの風邪の症状に続いて以下の症状が見られたら早めに内科や呼吸器内科を受診するようにしましょう。

肺炎は問診の他に、画像検査や血液検査などを行うことで診断されます。肺炎と診断がおりたら、肺に感染している病原体を死滅させるために抗菌薬を中心とした薬物治療が行われます。

◆肺炎の症状

風邪の症状に加えて、以下のような症状がみられます。

- 1 高熱が続く 2 咳・痰が続く 3 胸が痛い、息苦しい 4 食欲不振 5 倦怠感
6 悪寒がする 7 頭痛 8 筋肉痛、関節痛 など

このような症状が1週間以上続いた場合、肺炎が疑われます。

大抵38度以上の高熱がでますが、高齢者の場合は熱が出ないこともあります。

- 肺炎の特徴は激しい咳です。痰を伴わない乾いた咳が長く続くことが多いのですが、黄色や緑色の痰を伴う湿った咳が出ることもあります。肺炎を起こす病原体の種類や炎症を起こしている部位によって、症状は少しずつ異なってきます。
- 炎症が肺を包む胸膜に及ぶと、胸が痛くなったり、血液の中の成分などが染み出して肺と胸壁の間の胸腔の中に水がたまって胸膜炎を生じたりすることがあります。そのほか、悪化すると血液中の酸素が不足してチアノーゼ（顔や唇が紫色になること）が現れ、呼吸数や脈が早くなることもあります。
- 薬物治療の効果、体力や抵抗力を高めるために、自宅では温かくして安静に休むように努めましょう。熱があったり食欲がなかったりすると脱水症状を起こすこともあるので、水分と栄養をしっかりとるように気を付けることが大切です。

★肺炎の予防法は？

- 一度発生した肺炎の治療は難しい場合もあるので、大切なのは肺炎にならないことです。

肺炎にかからないための予防法は以下の通りです。

- ◆予防接種を行う（インフルエンザ） ◆バランスのとれた食生活を心掛ける
- ◆タバコを吸わない ◆口腔ケアを行う

★最後に

- 肺炎は肺に炎症が起こる病気で、風邪と症状がよく似ています。

特に高齢者や慢性の病気を持っている方などは、肺炎にかかりやすく治りにくい傾向がありますのでしっかりと予防することが大切です。