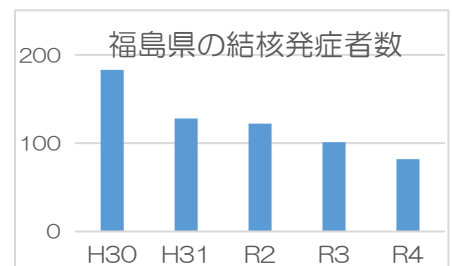


## 9/24(火)~9/30(月)は 結核・呼吸器感染症予防週間

今年から結核予防週間に呼吸器感染症が加わり、「結核・呼吸器感染症予防週間」となりました。呼吸器感染症は結核や新型コロナウイルス感染症、インフルエンザなど様々な感染症があります。結核や呼吸器感染症について知り、予防・対策しましょう！

**結核**とは、「結核菌」によって主に肺に炎症が起きる病気です。日本では、1年間に1万人以上が結核を発症しており、そのうち約4割が80歳以上の高齢者です。福島県では毎年100人前後が発病しており、そのうち約6割が75歳以上の高齢者です。

**「結核＝昔の病気」ではありません！**



感染経路は「**空気感染**」

菌を出している結核患者が咳やくしゃみをする時「しぶき」と一緒に結核菌が空気中に飛び散ります。それを周りの人が吸い込むことによって感染します。



● **結核菌を吸い込んで必ず「感染」するわけではありません。**多くの場合は体の抵抗力によって菌が追い出されます。

● **「感染」したすべての人が「発病」するわけではありません。**高齢や合併症のために免疫力が低下すると発病することがあります。

### 早期発見・早期治療が大切！

結核は早期に治療・診断できれば重症化を防ぎ、周囲に感染させるリスクも低くなります。次のような症状がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。

- ・長引く咳（2週間以上）
- ・長引く微熱
- ・痰がでる
- ・胸の痛み
- ・長引く（体の）だるさ
- ・急に体重が減る



### 結核を**発病しやすい人**

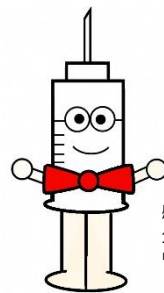
- ・喫煙習慣がある人
- ・結核高蔓延国からきた外国出生者
- ・HIV感染や免疫が低下している人
- ・ステロイド剤を使用している人
- ・胃潰瘍、胃の手術をした人
- ・糖尿病の人



## 結核の予防

### ○予防接種

抵抗力の弱い乳幼児は、結核に感染すると重症化しやすいため、**BCG 接種が有効**です。生後5～8ヶ月の間に必ず接種しましょう。



感染症予防チーム  
公式キャラクター  
ワクチマン

### ○定期健康診断

市町村や職場で実施している定期健康診断で**年1回は胸部レントゲン検査**を受けましょう。精密検査が必要となった場合は、自覚症状がなくても医療機関を受診しましょう。

### ○規則正しい生活

免疫力が低下すると発病しやすくなるので、過労や睡眠不足、不規則な生活習慣、過度なストレスなどに注意しましょう！  
栄養バランスのよい食事と十分な睡眠、適度な運動などが大切です。



## 呼吸器感染症の予防には 基本的な感染対策が有効！

毎年、秋から冬にかけて呼吸器感染症が流行します。

マスクの着用・手洗い・手指消毒・換気などの基本的な感染対策が大切です！

### マスクの着用

高齢者や基礎疾患がある方が感染すると重症化リスクが高まります！通院時や混雑した電車やバスに乗車する時はマスクの着用が効果的です！



### 誰でもできる感染対策！

一人ひとりが意識して  
取り組みましょう！！



### 手洗い

手の甲・指先・指の間は洗い残しが起こりやすいので注意！手を洗ったあとは清潔なタオルで水分を拭き取りましょう。タオルの共有はNGです！



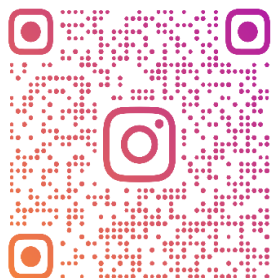
### 手指消毒

ポンプは1回押し切りましょう！乾燥するまですりこみましょう。



### 換気

換気の方法は、機械換気（換気システムや換気扇）と自然換気（窓開け）があります。



KENPOKU.KANSEN

感染症情報を  
発信しています  
ぜひ、フォロー  
してください☆

発行日:令和6年9月17日

発行元:福島県県北保健所医療薬事課

住所 〒960-8012 福島市御山町8-30

電話 024-534-4108

ホームページ:検索キーワード

県北保健所