

結核の発病は今、高齢者などに増えています。肺結核の症状は『咳(せき)・痰(たん)・血痰・胸痛・発熱・食欲低下』などで、風邪(かせ)・気管支炎・肺炎と似ています。特に、約1週間で治る風邪と間違えられるが、結核では咳が2週間以上も続き、一度止まっても数週間後に、また繰り返し咳が出て来ます。

結核は「伝染病」です。食べ物からの感染は、まず無いが、患者が咳をした時、結核菌を含む痰の飛沫(ひまつしぶき)を吸い込み感染します。

結核菌に感染すると、肺に米粒ほどの病巣ができます。健康なら、体内に免疫力(体の抵抗力)ができて結核菌を殺菌し消化する力がついて、治ってしまいます。しかし

時には、結核菌が数十年も生き続けるので、感染した時に発病しない人でも20〜30年後、体が弱り免疫力が落ちた時に増殖し始め、発病することがあります。そして、結核

# 心とからだの栄養

能岡 浄 [55]

には特有の症状が無いので、受診や診断が遅れ、周りの人に感染させてしまうことがあります。お年寄り・糖尿病の人・抗ガン剤などで治療を受けている患者は、体の抵抗

力が弱いために発病しやすいのです。約50年前まで結核は、日本人の死亡原因の第一位でした。その後、優れた特効薬が使われるようになり、BCG予防接種の義務づけで激減し、30年前に比べると現在、患者数は約20%に減りました。

## 高齢者に増える結核

### 感染初期に薬を用いると治る

60歳以上の高齢者では、平均寿命が延びたので、新たに発病する患者が、なかなか減りません。BCG接種は、病原性を弱めた牛の結核菌を注射し、結核菌に対する免疫をつけて発病を50%に減らせますが、感染を防ぐ効果はありません。そ

た。もはや結核は「昔の病気」と思われがちですが、今、日本人の約30%が結核菌に感染しており、全国で年間約4万7千人が発病し、年に約3千人が亡くなっています。昔の日本では、若い人に多い病気でしたが現在、結核を発病する人の約30%

◆睡眠・栄養を十分にとり、疲れをためない  
◆風邪の症状が治らない時は、早めに受診する  
◆1年に1回は健康診断を受ける  
結核を過去の病気と思わず、予防と早期発見に努めることが大切です。約50年前、結核は治ら

ここで、結核菌に感染したかどうかをツベルクリン反応や胸部エックス線検査で調べます。感染初期には、種々の薬を用いると誰かが感じ、自分も死を覚悟して『家族に伝染するから』と、離れ屋敷で一人寂しく寝ていました。そんな夏のある日、

時、着ている薄い布団が息をする度に上下に微かに動いていることに気が付き『私の意思とは関係なしに、体は懸命に生きようと頑張っている』と気づきました。すると、『何とかして元気になりたい』という気持ちが湧いて来ました。それから毎日、食べ物と水を呑みながら頂いて、消化が良くなるようにと数十回も噛み、健康に良いと思われれることは、できるだけ実行しました。そして、その1年半後、就職のための健康診断でS医師に「よく養生しましたね。不思議なほど快くなっています」と言われ、目頭が熱くなったそうです。今でもT氏は、お元気で暮らしておられます。

◆規則正しい生活をする  
仰向けに横たわっている

(大阪府立看護大学医療技術短期大学部 助教授)