



感染症とたたかう

第4号

2016年
3月発行

発行：国立大学法人 長崎大学 監修：長崎大学病院 感染制御教育センター長・教授 泉川 公一

お問い合わせ：長崎大学熱帯医学研究所 〒852-8523 長崎市坂本1丁目12-4 TEL：095-819-7800（代表） FAX：095-819-7805

● 私たちの暮らしと感染症 ●

肺炎は日本人の死因の第3位 高齢者は肺炎球菌ワクチン接種を



呼吸器感染症のうち、肺炎は高齢者の感染症で極めて重要な疾患です。2011年には脳血管疾患を抜いて日本人の死因の第3位となりました。特に85歳以上では第2位、90歳以上では第1位の死因となっています。

「風邪をこじらせたときに起こる病気」と考えている人も多いと思いますが、肺炎は主に、ウイルスによる風邪（感冒）をきっかけに体力や免疫力が低下し、それに続いて、細菌などが感染することによって起こります。原因となる病原体は肺炎球菌が最も多く約30%を占めています。そのほかにも、インフルエンザ菌（インフルエンザウイルスではありません）、マイコプラズマ、クラミジアなど多くの病原体が原因となります。こうした病原体には、普通の風邪薬は効かず、抗菌薬が必要になります。

特に高齢者では、元々の体力や免疫力が低下

しがちなうえに、呼吸器や心臓、腎臓などに持病があることが多いため、「風邪が長引いている」と油断して放置すると、急速に悪化して重症になることもあり注意が必要です。

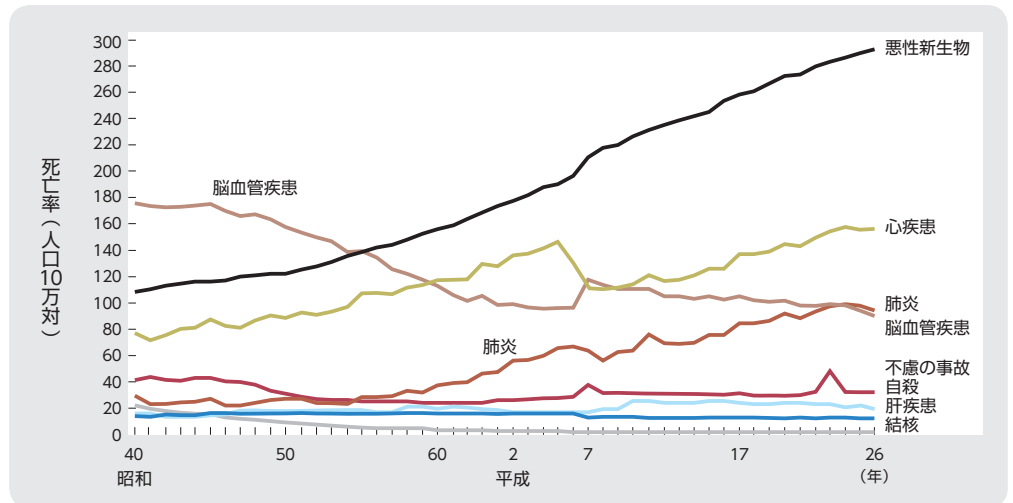
症状があまり強くないため 見逃して重症化することが多い

高齢者の肺炎は典型的な症状が出にくいという特徴があります。肺炎の典型的な症状は、熱や悪寒、咳、痰、胸痛などですが、高齢者では熱や咳が出ず、何となくだるい（倦怠感）とか食欲がないといった状態が続くこともあります。床に伏せている状態が続く、家族と会話もしないといった状態になると、すでに重症化していることも多く見受けられます。軽い風邪のような症状でも、長引くときは早めに受診することが重要です。

図 肺炎に気をつけることが極めて重要に

2011年に、肺炎が脳血管疾患を抜いて日本人の死因の第3位になった

(厚生労働省「平成26年人口動態統計月報年計(概数)の概況」より)



高齢者の肺炎のもう一つの特徴は、誤嚥が原因となるケースがあることです。「誤嚥性肺炎」は、唾液や胃液とともに、細菌が肺に流れ込んで生じる肺炎です。高齢になると、飲み込むときに口の奥から食道にうまく食べ物を送れないこと(嚥下反射の機能低下)があったり、気管に唾液などが入っても咳が出にくくなったりして、気づかないうちに細菌が肺に流れ込み(不顕性誤嚥)、肺のなかで細菌が増殖して肺炎を引き起こします。

加齢に伴う原因で起きますので、誤嚥性肺炎は繰り返すという特徴があります。口のなかの細菌(常在菌)が原因であることも多く、誤嚥の原因となる食事を中止せざるをえなくなることもあります。本来は、抵抗力を上げるために食事をしっかり取るべきですが、こうなると体力がますます低下し、肺炎が悪化することになります。

65歳からは肺炎球菌ワクチン接種を 歯磨きなどで口のなかを清潔に

高齢者の肺炎を予防する対策の一つとして、インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンの接種があります。インフルエンザワクチンは、インフルエンザウイルスに感染しても重症化することを防ぎ、結果として死亡率を減らすことがわかって

います。また、肺炎球菌ワクチンも、肺炎で亡くなる高齢者の数を減らすことがわかっています。

インフルエンザワクチンの効果は1シーズン、肺炎球菌ワクチンの効果は5年とされています。一部の肺炎球菌ワクチンの接種は、65歳から5歳ごとの年齢時に公費助成が受けられ、自治体によりますが、自己負担は数千円で済みます。自治体から案内が来たら、ぜひ接種することをお勧めします。

誤嚥性肺炎の予防としては、食べ物や飲み物を飲み込みやすいものにする工夫をします。硬いものが食べにくいようなら、煮込んで柔らかくします。食材を刻んだり、押しつぶしたりして、食べやすい形にするのもいいですし、ぼろぼろするものにはとろみをつけるといいでしょう。

さらに、もう一つの重要なポイントは、口のなかを清潔に保つことです。高齢になると唾液の分泌が減り、口のなかで細菌が繁殖しやすくなります。毎食後に歯磨きを行うようにし、入れ歯があれば外して洗浄します。口のなかをいつも清潔にしておくことで、口のなかの細菌が気管に入ることを防げるわけです。

次号(2016年4月号)では「風疹・麻疹」を取り上げます。