

広報ただみ診療所

朝日診療所

医師

中曽根悦子



結核って昔の病気？

第二次世界大戦の終了後、順調に低下してきた日本の結核患者数は、1980年代に入り、減り止まり傾向にあります。

最近の日本の年間結核罹患率は、人口10万対17人ほどで、他の欧米先進国に比べて約4倍ほど多い状況です。

そもそもどのように人類に結核が広がったのか気になりますね。

エジプトなどのミイラにみられる結核性脊椎炎の所見から、結核は古くから人の感染症としてあったことが知られています。狩猟民族よりも人口密度の高い農耕民族で流行しやすく、産業革命などを契機に交通手段の拡大と共に蔓延していったとされています。

現在は、簡単に言うとな若者と高齢者の2つのタイプの結核があります。結核に、感染してすぐに、微熱・咳・痰が出現するタイプと、昔の感染が年齢を重ねて抵抗力が落ちた時に発病する2タイプです。

一方、結核菌に暴露されると100%感染が成立してしまうかというところではありません。免疫力が低下していると発病しやすいといわれており、100人暴露された場合、約90人は発病しません。

2か月以上の長引く咳・痰・微熱などの症状や、検査のレントゲン異常などをきっかけに検査をします。痰の検査やレントゲン・CT、時にはもつと進んだカメラの検

査などをして、結核菌を見つけると診断に至ります。

治療は、抗菌薬が有効です。沢山の薬を長い間内服しないといけないので、副作用にも注意が必要です。ごくまれに、通常の治療が有効ではない特殊な耐性菌も近年では問題になっています。そのような場合は、治療薬に工夫が必要になります。

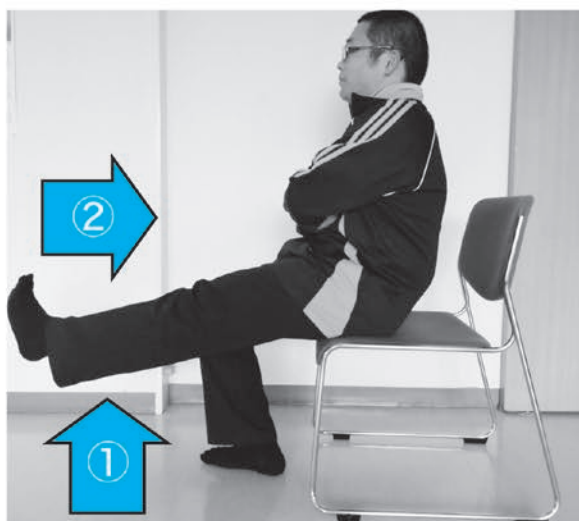
長引く咳・痰・微熱など気になる際は、診療所にご相談ください。



今月の運動

今月は膝痛予防の運動をご紹介します。

膝まわりの筋肉が弱くなると、膝痛のもとになったり、足が上がりにくくすり足になったりします。冬は特に活動が低下する季節ですので、筋力が弱くならないよう予防体操できると良いですね。



足を上げて5秒止めて、ゆっくりおろす。
膝を伸ばし、つま先を自分のほうへ引き寄せるようにしましょう。

10回以上が目安となりますが、体調に合わせて調整していきましょう。