

ゆ だん
油断しない
でもあわてない

かい こしょく
介護職のあなたに
これだけは知^しってほしい

けっ かく
結核のこと



けっ かく よ ぼう
結核を予防するために、
ひとりひとりが
できることを。

に ほん しゅ しょう かん せん しょう けっ かく
日本の主要な感染症のひとつである結核。

こう れい しゃ ちゅう しん まい とし おお かん じゃ で
高齢者を中心に毎年多くの患者が出ています。

この冊子は介護の現場で働く皆さんが、

けっ かく ただ り かい よ ぼう ほう ほう
結核を正しく理解し、予防するための方法を

まとめたものです。

かい ご う り よう しゃ かの
介護サービスを受けている利用者の方、

みな けん こう まも
そして皆さんの健康を守るために、

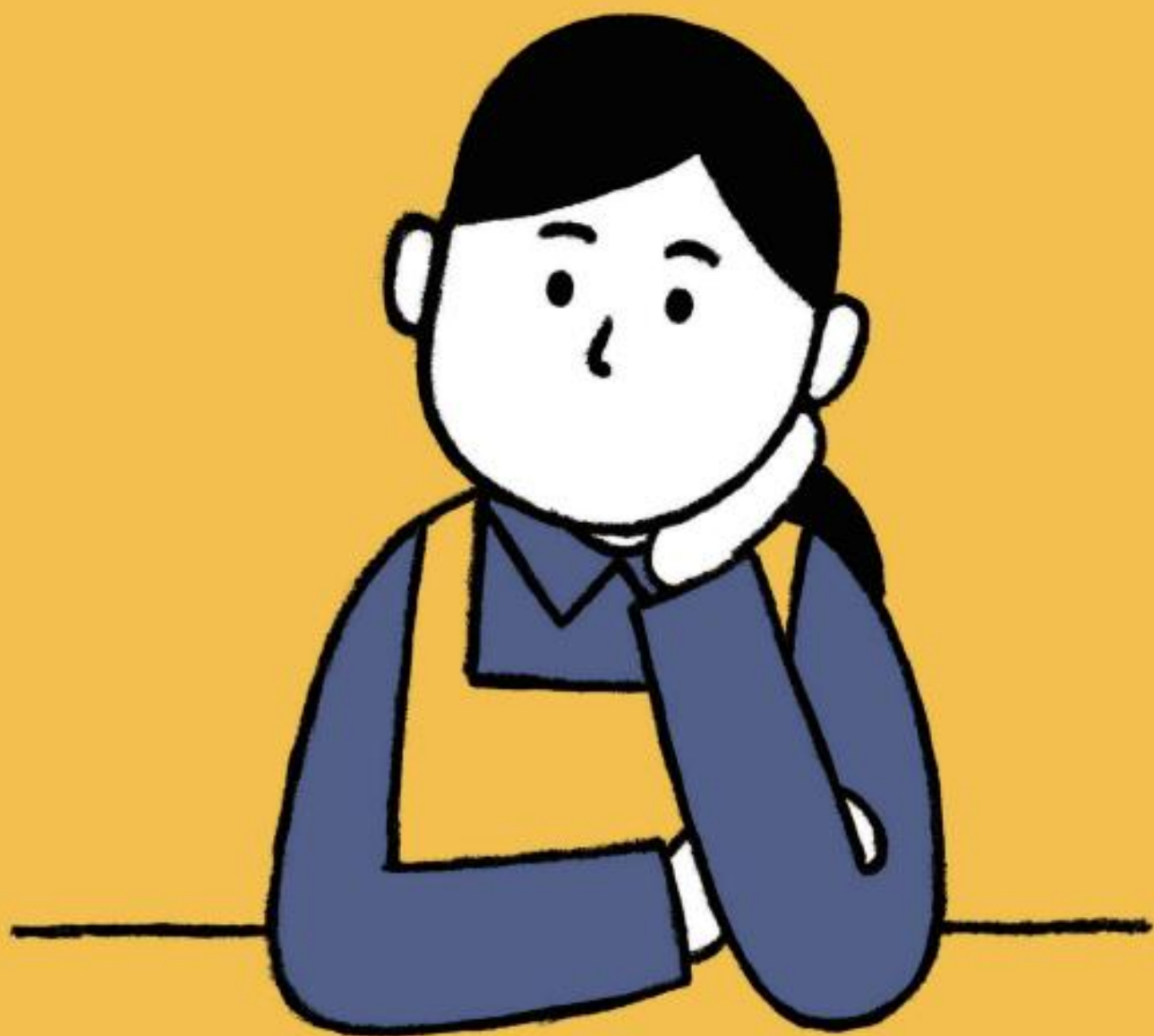
かつ よう
ぜひ活用してください。



- Q.1 ^{けっかく}結核って、なんですか？
- Q.2 ^{けっかく}結核って、^{いま}今もあるのですか？
- Q.3 ^{けっかく}結核菌^{きん}って、どんな菌^{きん}ですか？
- Q.4 ^{けっかく}結核って、どのように^{かんせん}感染するのですか？
- Q.5 ^{けっかく}結核になりやすい人^{ひと}ってどんな人^{ひと}ですか？
- Q.6 ^{けっかく}結核って、どんな^{しょうじょう}症状^おが起こりますか？
- Q.7 ^{かんせん}感染^{ひと}しただけでは、人^{ひと}にうつさないのですか？
- Q.8 タンの中^{なか}に菌^{きん}が^み見つかったらどうしたらいいですか？
- Q.9 ^し施設^{せつり}利用者^{ようしゃ}の方が^{かた}結核^{けっかく}疑^{うたが}いになったら
どうしたらいいですか？
- Q.10 ^{けっかく}結核^{ちりょう}になったら、どんな治療^うを受けるのですか？
- Q.11 ^{しょうじょう}症状^{くすり}がなくなったら薬^{くすり}をやめてよいのですか？
- Q.12 ^{けっかく}結核^{かた}になった方が^{つか}使^へった部屋^や、
^{しんく}寝具^{いるい}、衣類^{しよつき}、食器^{しよどく}などは^{ひつよう}消毒^{ひつよう}が必要^{ひつよう}ですか？
- Q.13 ^り利用者^{ようしゃ}の方^{かた}に対して、^{たい}私^{わたし}たちが^ひ日^ひごろから
^{ちゆうい}注意^{ちゆうい}することはなんですか？
- Q.14 ^{かい}介護^{ごしよく}職^{みな}の皆^{けんこう}さんの健康^{まも}を守る^{まも}ために
できることはなんですか？

Q.1

けっ かく
結核って、
なんですか？



A.1

油断しない

空気中にただよう結核菌が

肺に入って感染し、

それによって起こる病気です。

感染症という病気を引き起こす微生物（細菌やウイルス、寄生虫、かびなど）を病原微生物といます。病原微生物の多くは水や食べ物を介して、あるいは粘膜などから直接、体に入ります。感染経路としては、経口、接触（皮膚や粘膜）、気道（のどや肺）などがあります。また、人から人うつるものとうつらないものがあります。結核菌は空気をつたって肺に入り感染します。

ただし、結核は、正しく理解し
適切な治療を行えば必ず治る病気です。

Q.2

けっ かく
結核って、

いま
今もあるのですか？



油断しない

A.2

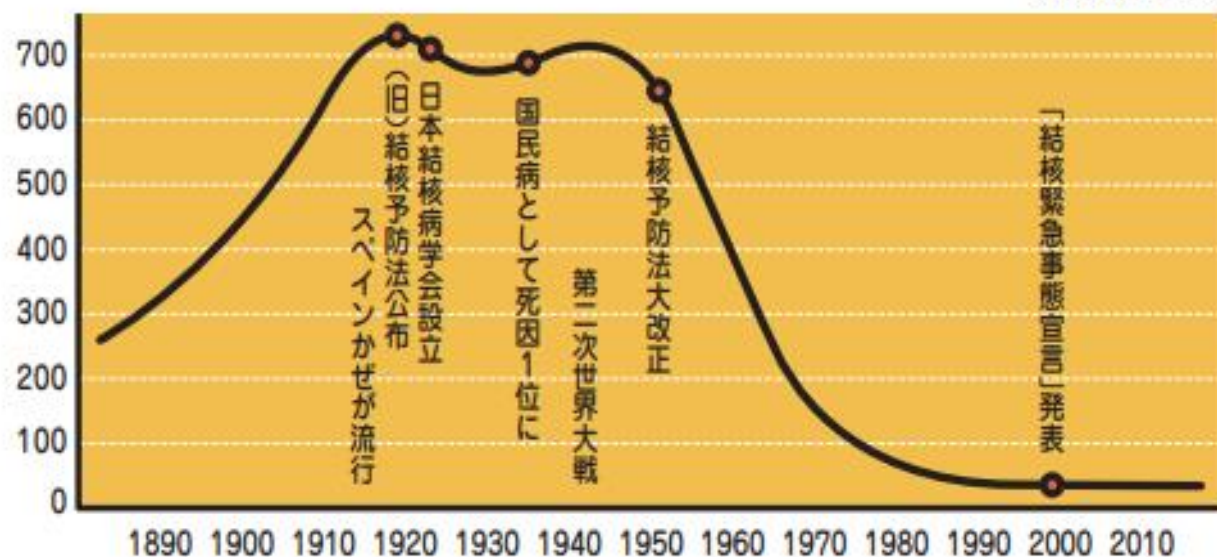
いまでも年間1万人以上の

人が結核を発症しています。

結核は1950年までは日本人の死亡原因第一位の座を占めていました。1970年以降、確実な薬剤治療が確立し死亡者が激減しました。さらに国は1999年7月に「結核緊急事態宣言」を発表し注意喚起しました。現代では急速に減少している結核ですが、決して過去の病気ではありません。今でも高齢者を中心に年間1万人以上の患者が発生し、年間1000人ものが結核で亡くなっています。2021年現在、結核に感染している人の5割超が75歳以上の後期高齢者です。

国内の結核罹患率の推移

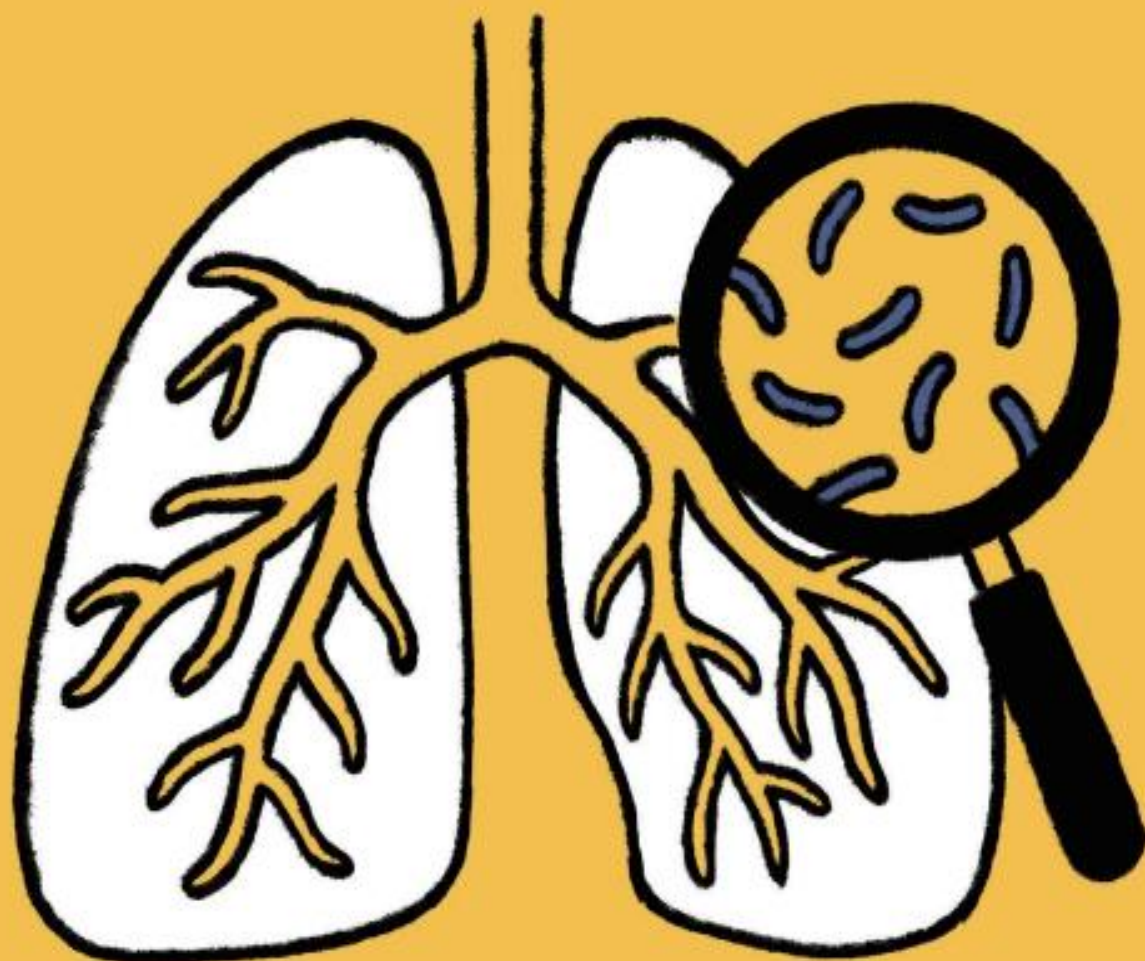
(10万人あたり)



Q.3

けっ かく きん
結核菌って、

どんな菌きんですか？



A.3

ゆ だん
油断しない

けっ かく きん ひと からだ しんにゆう びょう き お
結核菌は、人の体に侵入して病気を起こす

きゆうきん せき り きん きん
ブドウ球菌や赤痢菌、コレラ菌などと

おな さい きん いっ しゅ
同じ細菌の一種です。

なが
長さは1~4ミクロン(1ミクロンは1000分の1mm)。

とうぜん にくがん み きん
当然、肉眼では見ることはできません。酸やアルコールな

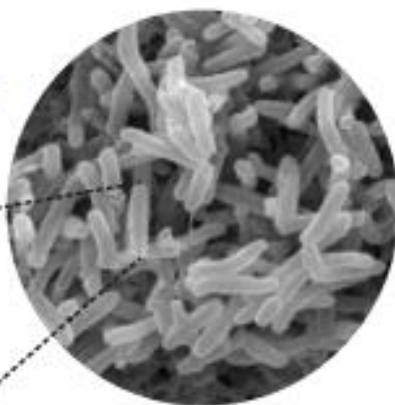
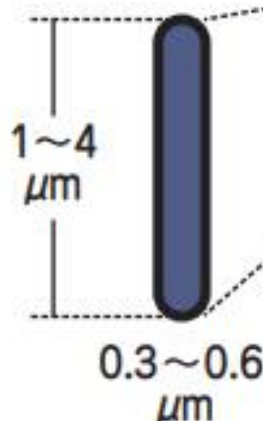
つよ こうさんきん なかま ひと からだ おんど どぜんご
どに強い抗酸菌の仲間です。人の体の温度(37度前後)は

ぞうしょく てき じかん ぶんれつそくど はつ
増殖に適していて、10~15時間の分裂速度でゆっくり発

いく ぶんれつぞうしょく からだ なか なんじゅうねん せいぞん
育します。分裂増殖をやめても体の中で何十年も生存でき

ねつ しがいせん よわ しぜんかい なか い
ます。熱や紫外線に弱く、自然界の中では生きられません。

こなら
タテに100個並べて
かみ まい あつ
紙1枚ほどの厚さ



写真提供：結核研究所 山田博之

Q.4

けっ かく
結核って、どのように
かん せん
感染するのですか？



A.4

油断しない

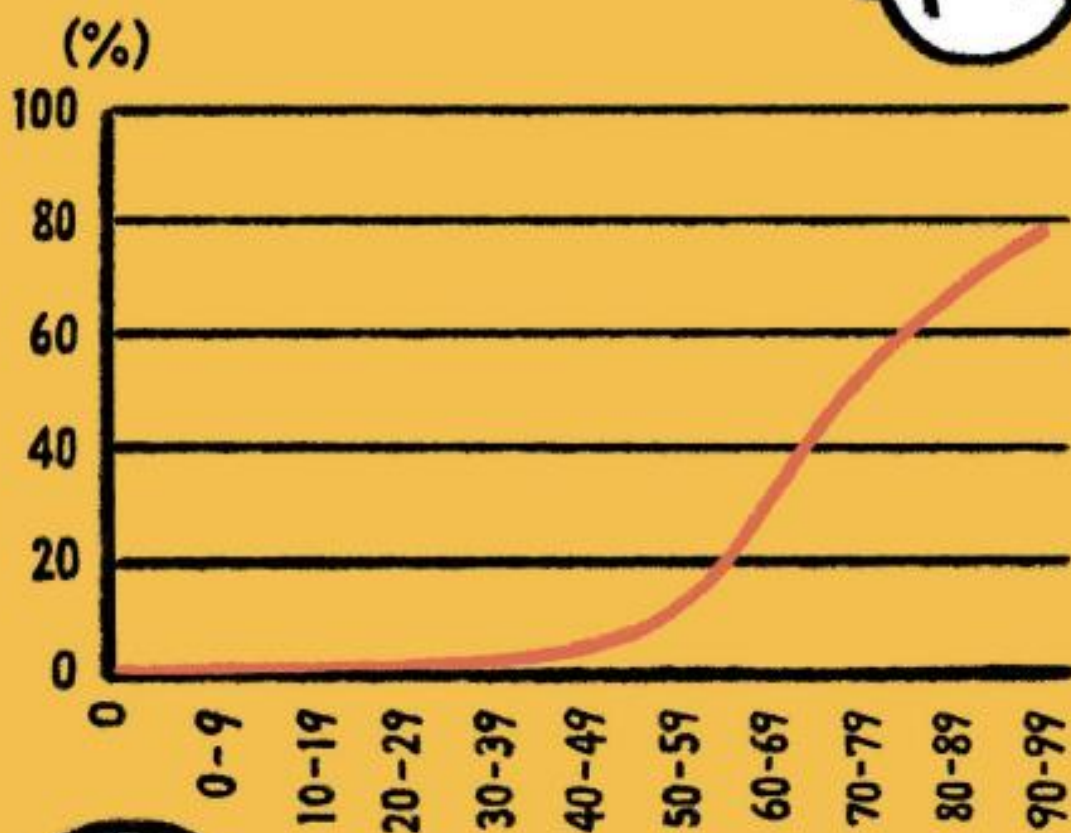
菌を吸い込んで感染します。

タンの中に結核菌が出るようになった結核患者さんがセキやくしゃみをしたとき、結核菌を含んだしぶきが飛び散ります。その菌が相手の肺の奥底までたどり着いた場合に感染します。ただし、相手の鼻やのど、気管支の粘膜に引っかかった場合は、排除されてしまいます。結核は他の病気には見られない「感染」と「発病」の違いがあります。



Q.5

結核けっかくになりやすい人ひとって
どんな人ひとですか？



グラフは2015年頃ねんごろの時点じてんで、すでに結核菌けっかくきんの感染かんせんを受け、体力たいりよくが落ちると結核発病けっかくはつびょうしやすい人ひとの割合わりあいを年齢別ねんれいべつに示したものです。

A.5



めん えきりよく さ びょう き ひと
免疫力の下がる病気にかかっている人、
こう れい しゃ にゅうよう じ はつ びょう
高齢者や乳幼児は発病しやすいです。

めん えきりよく さ びょう き れい
免疫力の下がる病気の例

とうにょうびょう
糖尿病

まん せいじん ふ ぜん
慢性腎不全
とう せき
透析

HIV
エイズ

めん えきりよく せいざい
免疫抑制剤を
つか
使っている ▶

リウマチ

ぞう き い しょく
臓器移植

かん せん ひと めん えきりよく わり ひと
感染しても、人の免疫力によって、およそ8~9割の人は
はつ びょう かん せん じょうたい はつ びょう よ ぼう くすり
発病しません。感染している状態でも、発病予防として薬
くすり しゅるい げつ の はつ びょう か のう せい
(薬の種類により3~6か月)を飲むことで、発病の可能性
を6~7割下げることができます。薬を飲んでいても、
ふだん どの し こと せい かつ
ふだん通りの仕事や生活ができます。

Q.6

けっ かく
結核って、
しょう じょう
どんな症状が
お
起こりますか？



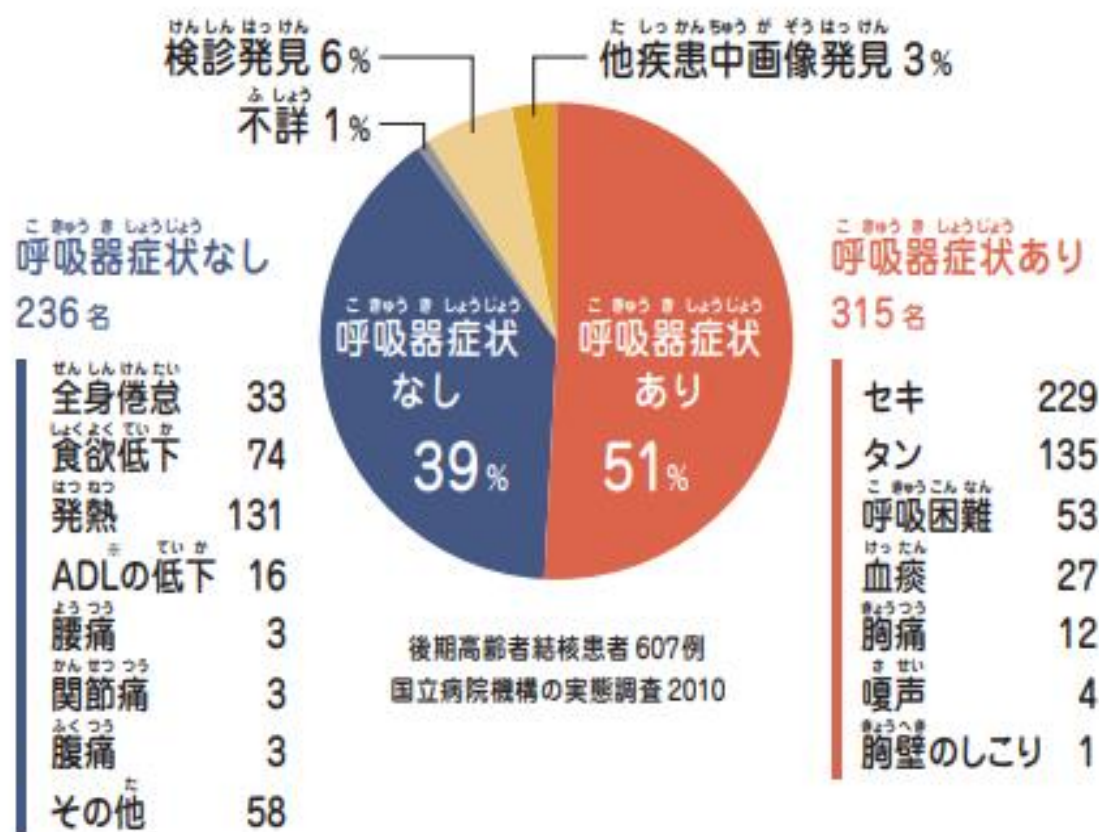
A.6



風邪のような症状がずっと続きます。

高齢者の場合は、セキやタンなどの症状が出にくく、微熱だけが続くことだけの場合があります。「食欲が落ちる」「体重減少などの状態が続く」「繰り返す肺炎」などのときは、結核の疑いの目をもって、再度かかりつけ医にみてもらう必要があります。

高齢者結核発見時の症状

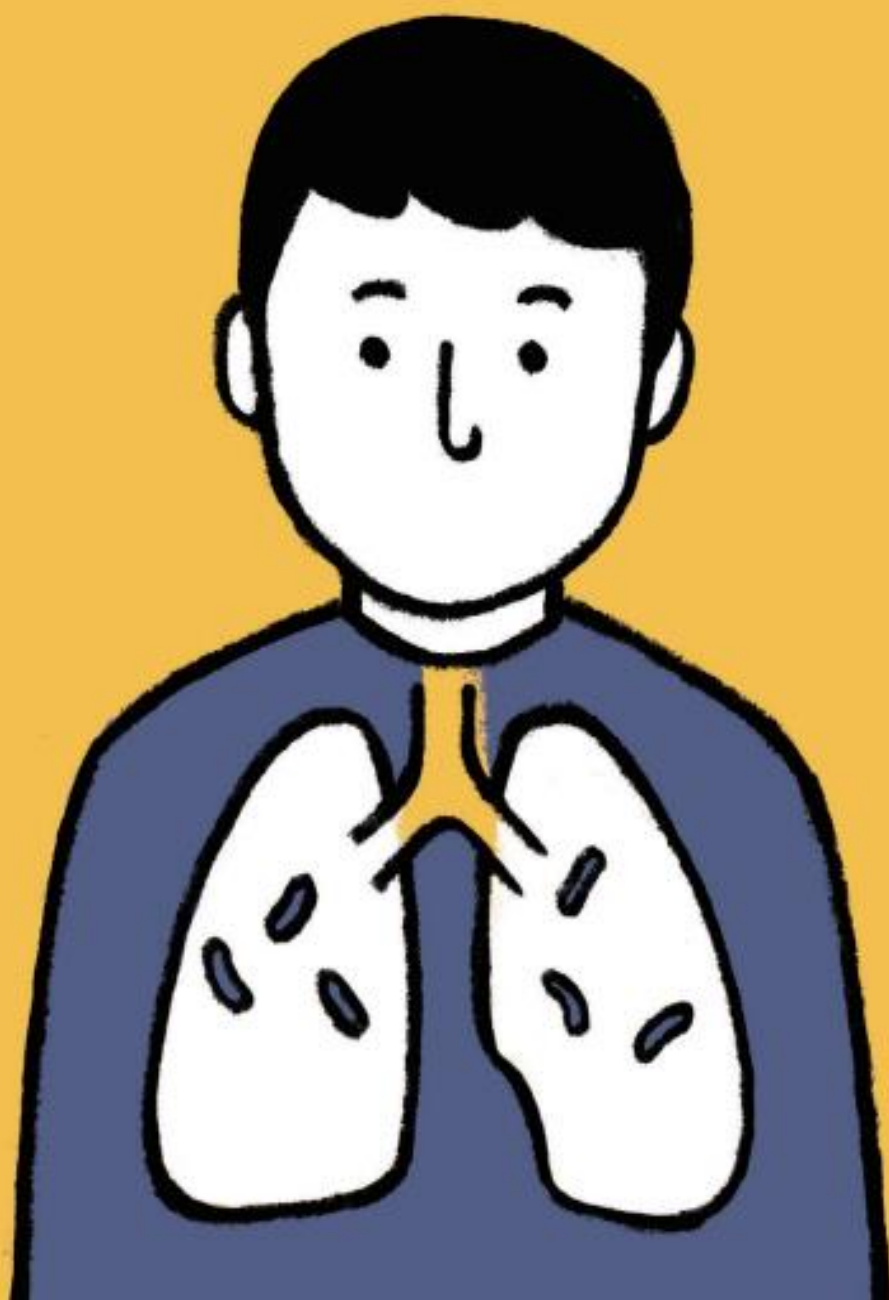


※ADL(日常生活自立度)

出典：公益財団法人結核予防会「結核の統計2012」グラビア8

Q.7

かん せん
感染しただけでは、
ひと
人にうつさないのですか？



A.7

あわてない

かん せん 感染しただけでは他人にはうつしません。

かん せん
感染



けっ かく かん せん
結核に感染した

からだ なか けっ かく きん はい
体の中に結核菌が入っただけ。菌は免疫力で抑えられ、体内でおとなしくしているだけ。症状はない。

はつ びょう
発病



けっ かく
結核になった

めん えき おさ と きん
免疫の抑えが取れて菌が増えだし、肺などの臓器を障害しはじめた状態。

す こ けっ かく きん からだ なか はい かん せん
吸い込まれた結核菌が体の中に入った(感染した)としても、
めん えき からだ ちから てい こう りょく おさ じっ さい はつ びょう
免疫という体の力(抵抗力)で抑えつけられ、実際に発病する
のは2~3割程度です(しかし、体の中に結核菌はとどまっ
いて、そのまま数十年は生き続けています)。人に結核を
うつす(かん せん 感染させる)のは、かん せん ご はつ びょう ひと
感染後発病した人だけです。

Q.8

タンの中に菌が

見つかったら

どうしたらいいですか？



A.8



他人た にんにうつす恐れおそもあるので
入院治療にゅういん ち りょうをします。

「結核けっかくを発病はつびょうした」と診断しん だんされても、「タンなかの中に結核菌けっかく きん
がない」場合ば あいは、周りまわにうつすことはありませんので、ふだんどお通りの生活せい かつをしてかまいません。

タンなかの中に
菌きんがいる



入院治療にゅういん ち りょう

タンなかの中に
菌きんがない



ふだんどお通りの生活せい かつ

Q.9

し せつ り よう しゃ かた
施設利用者の方が

けっ かく うたが
結核疑いになったら

どうしたらいいですか？



A.9

あわてない

で り よう し ゃ かた
セキが出る利用者の方には

ふ し ゃ く ふ
不織布マスクをしてもらい、

ほ か り よう し ゃ せ っ し ゃ く
他の利用者との接触をへらすために、

こ し つ な ど う つ
個室等に移っていただきます。

け っ か く う た が り よう し ゃ か い こ お こ な ほ あ い け ん さ
結核が疑われる利用者さんの介護を行う場合、タンの検査
け っ か か い こ し ゃ い り ゃ う よ う つ が
結果がわかるまでは、介護者は医療用に使われるN95マスク
ち ゃ く よ う
を着用しましょう。

N95
マスク



け っ か く な ど か ん せ ん し ゃ う よ ほ う い り ゃ う よ う か お ひ ゃ う め ん
結核等の感染症予防のための医療用マスクです。顔の表面とマス
あ い だ す き ま た だ そ う ち ゃ く た い せ つ
クの間に隙間ができないよう正しく装着することが大切です。

* PPE(使い捨て防護服)の着用は必要ありません。

たい お う し ん ば い も よ ほ け ん じ ゃ そ う だ ん
対応について心配なときは最寄りの保健所に相談し
ま しょう。こ ん こ し せ つ し ゃ く い ん ほ か り よう し ゃ た い お う
今後の施設職員や他の利用者への対応
い っ し ゃ か ん が
を一緒に考えてくれます。

Q.10

けっ かく
結核になったら、
ち りょう
どんな治療を
う
受けるのですか？



A.10

油断しない

複数の薬を飲んで治します。

標準的な治療は6～9か月です。

結核の治療がうまくいくかどうかは、薬の服用にかかっています。

薬は菌が分裂するときに効きます。菌はゆっくり分裂するので

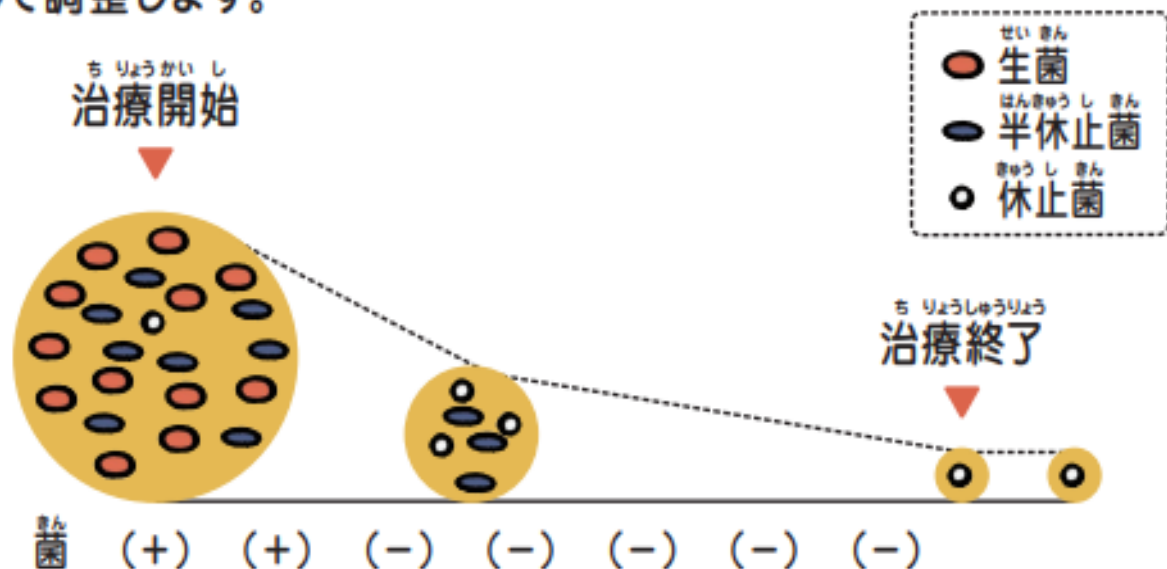
治るのにも時間がかかります。原則一日に一回まとめて服薬し

ます。ただし、胃腸障害などで服用が困難な場合は状況に合わ

せて分けて飲みます。朝飲み忘れた薬はその日のうちに飲めば

大丈夫です。高齢者の肝機能、腎機能障害時には主治医が考慮

して調整します。



複数の薬を6～9か月間服用する

薬4種類の場合 6か月(180日)

薬3種類の場合 9か月(270日)

Q.11

しょう じょう

症状がなくなったら

くすり

薬をやめてよいのですか？



A.11

あせらない

さだめられた期間、

薬を飲み続けることが大切です。

薬を飲みはじめると一時的に症状が改善するため、薬をやめてしまう人がいます。しかし、薬を飲み続けないと薬の効かない結核菌を作ることになります。あせらずに最後まで服薬を続けることが大切です。

DOTS手帳をつけて確実な服薬を支援。

DOTS手帳は、服薬状況を利用者さんや介護スタッフが記録し、お互いに確認して飲み忘れを防ぐ手帳です。

The image shows two identical DOTS handbooks. Each handbook has a header with the title 'DOTS手帳の記録' and a date field. Below the header is a large grid with 31 rows (numbered 1 to 31) and 5 columns. At the bottom of each grid, there are two rows of checkboxes for recording medication status.

A.12

あわてない

しょうどく ひつよう
消毒の必要はありません。

いったん床に落ちた菌、衣類やカーテン、食器、本などに
ついた菌からは感染することはありません。通常の掃除、
食器洗いを行えば十分です。寝具や衣類は洗濯して半日
ほど直射日光にさらせば大丈夫です。部屋の窓を開けて
家全体の空気を入れ替えます。空気清浄機を使った場合
でも部屋の空気が入れ替われば問題ありません。また、
空気清浄機を繰り返し使っても構いません。使用済みの
ティッシュなどは、ビニール袋に密封してゴミに出します。
薬剤やアルコールを使って消毒する必要はありません。
患者さんが使用していたものを捨てたり、処分する必要
はありません。患者さんを深く傷つけることになるので
避けるべきです。

Q.13

り よう しゃ かた たい
利用者の方に対して、

わたし ひ
私たちが日ごろから

ちゅう い
注意することは

なんですか？



A.13



ひ び けん こう かん さつ
日々の健康観察や

てい き てき けん こう しん だん とお
定期的な健康診断を通して

そう き かん じゃ み
早期に患者を見つけることです。

はい えん く かえ しょくよく たいしゅう へ じょうたい
肺炎を繰り返す、食欲がない、体重が減るなどの状態が
つづ ば あい つづ
続く場合は、それがいつから続いているのかなど日常
かん さつ き ろく あ し せつ けん こう かん り たん とう しゃ しゅ じ い
観察記録と合わせ、施設の健康管理担当者や主治医に
つた
伝えましょう。高齢者の結核は症状が見られないことが
おお そう き はっけん ひ けん こう かん さつ てい き てき
多く、早期発見のためには日ごろの健康観察や定期的な
けん こう しん だん きょう ぶ かく たん けん さ ふく う
健康診断（胸部エックス線検査、喀痰検査を含む）を受け
ることが大切です。

Q.14

かい ご しょく みな けん こう
介護職の皆さんの健康を
まも
守るためにできることは
なんですか？



A.14

油断しない

1年に1度は胸部エックス線検査を受けましょう。

もし胸部エックス線検査で再検査が必要となった場合は、自覚症状がなくても必ず精密検査を受けましょう。また免疫力が低下する持病がある場合は、主治医に相談してください。結核に関する心配や不安がある場合は、一人で悩まず、職場の健康管理担当者や最寄りの保健所に相談しましょう。



※

糖尿病、慢性腎不全・透析、HIV・エイズ、免疫抑制剤を使っている
リウマチ、臓器移植など

けっかく しょうじょう に べつ びょうき
結核に症状が似た別の病気に
ちゅうい
ご注意ください。

ひ けっかく せい こうさん きんしょう
非結核性抗酸菌症とは

けっかく しょうじょう ちりょうほう に べつ びょうき
結核と症状も治療法も似ていますが、別の病気です。

めんえきりょく てい か かん せん はつ びょう
免疫力が低下したときに感染・発病しやすく、

ときとして けっかく ひと けっかく ちりょう しゅうりょう
ときとして結核の人で結核の治療が終了したあと、

この菌による病気がはじまることがあります。

ひと ひと かん せん
人から人への感染はありません。

	けっかく 結核	ひ けっかく せい こうさん きんしょう 非結核性抗酸菌症
いる場所 ばしょ	ひと たいない 人の体内	すいどう じゃくち 水道の蛇口、シャワーや ふ ろ など し ぜんかんきょう お風呂等の自然環境
かんせんけいろ 感染経路	ひと ひと 人▶人	かんきょう ひと 環境▶人
しょうじょう 症状	せき、たん、きょうつう せき、たん、胸痛など	せき、たんなど
ちりょうほうほう 治療方法	くすり ちりょう 薬による治療	くすり ちりょう 薬による治療