

9月24日～30日は『結核・呼吸器感染症予防週間』です

結核や呼吸器感染症に関する正しい知識を身につけ、秋冬にかけて流行する呼吸器感染症の感染対策を強化していきましょう。



“結核”ってなあに？

結核は、結核菌によって主に肺に炎症がおこる感染症です。発症者の咳やくしゃみなどにより空気中に散らした結核菌を直接吸い込むことで感染します。感染してもすべての人が発病するわけではなく、健康であれば、ヒトが持つ多くの免疫の働きによって抑え込まれます。ただし、結核菌は消滅するわけではなく、抑え込まれているだけなので、加齢などで免疫力が下がることがあれば発病することがあります。



“結核”は予防できます

結核は、まず、“感染”を防ぐこと、そして、もし感染してしまった場合には、“発病”を防ぐことが重要となり、そのどちらにも共通する予防法は、体の免疫力を高めておくことです。

<免疫力を高めるには…>

- 1. 十分な睡眠
- 2. 適度な運動
- 3. バランスの良い食事
- 4. タバコを吸わない



5. 定期的な健診



また、定期的な健診のほかにも、痰のからむ咳や微熱・身体のだるさが2週間以上続いているなど、気になる症状があれば、早めの受診を心がけることが重要です。発覚が早ければ、重症化を防ぐことができ、周囲への感染を予防することもできます。

結核は、昭和20年代までは日本人の死亡原因第1位と高い死亡率や感染力から「不治の病」や「亡国の病」などと呼ばれていましたが、抗生物質の普及で治療ができるようになり、さらに、BCGワクチンの普及などによって、治療・予防のできる病気となっています。

しかし、近年、結核患者の減少とともに、結核への関心や知識が薄れ、予防に対する意識も薄らぐことが懸念されています。

この機会に、改めて結核について考えてみましょう。



わからないことや不安なことがあればご相談ください！

感染症は防ぐことができます。不明なことや心配なことがあれば気軽にご相談ください。

☎ 広島県西部保健所広島支所 保健課 保健対策係 (広島市中区基町10-52) ☎ 513-5521 [受付] 8:30~17:15 (土日祝を除く)

(健康推進課)



くまの・こども夢プラザ 子育て支援センター通信



6月生まれのお誕生会▶

みんなで6月生まれのお友だちをお祝いしました♪



パパママおひさま(0歳~)

パパもおひさまルームデビューしてみませんか。パパママだけでなく、おじいちゃんおばあちゃんなど、家族でもお越しいただけます。

☎ 毎月1回(土曜日または日曜日) 9:30~11:30



おひさまルーム (0歳~)

☎ 月~金曜日 9:30~11:30



親子でゆったり遊べる場です。保健師や保育士が常駐していて、絵本の読み聞かせや遊びの紹介をしています。ほかに楽しいイベントが盛りだくさんです。ぜひ遊びに来てください。



子育て情報はLINEやホームページをチェックするりん♪

町公式LINE▶



町ホームページ
くまのっ子
子育てナビ▶

