

結核ってどんな病気？

結核とは、結核菌によって主に肺に炎症が起こる病気です。

結核は感染症なので、発病すると他の人にうつす可能性があります。重症の結核患者の咳(せき)やくしゃみなどで結核菌が体の外に飛び散り(「排菌」(はいきん)といいます)、周りの人がそれを直接吸い込むことで感染します。

ただし、発病しても、患者が排菌していなければ、周囲に感染させる心配はありません。

「感染」したらみんな「発病」するの？

結核に感染したからといって、全ての方が発病するわけではありません。

通常は、免疫力により結核菌の増殖が押さえられますが、免疫力が低下して、結核菌が体内で活動を始めた場合に発病します。

発病とは、感染した後、結核菌が活動を始め、菌が増殖して体の組織を冒していくことです。感染した人が発病する確率は、10～20%といわれています。発病者は、感染後6カ月から2年後位に多く見られますが、中には、数年から数十年後に発病する方もいます。

予防方法は？

その1 BCG予防接種

BCGは、結核の重症化を防ぐワクチンです。特に子どもの結核予防に有効で、安全な予防接種として世界で広く用いられています。乳幼児は抵抗力が弱く、結核菌に感染すると髄膜炎や粟粒結核など重症化することが多いので、1歳の誕生日の前日までの間(標準的な接種期間は、生後5カ月から生後8カ月)に接種しましょう。ただし、BCGの予防効果は10年～10数年程度です。

*「結核の予防接種(BCG)」・「BCG日程表」について、詳しくは仙台市ホームページをご覧ください

その2 日々の健康管理

結核を予防するためには、免疫力が低下しないように規則正しい生活を送ることが大切です。
①十分な睡眠、②栄養バランスのとれた食事、③適度な運動、④禁煙を心がけましょう。

十分な睡眠を
とりましょう



栄養バランスのとれた
食事をしましょう



適度に運動
しましょう



禁煙しましょう

