

マイコプラズマ肺炎を知っていますか？

マイコプラズマ肺炎とは

マイコプラズマ肺炎は、「肺炎マイコプラズマ」という細菌に感染することによって起こる呼吸器感染症です。小児や若い人の肺炎の原因としては、比較的多いものの1つです。例年、患者として報告されるもののうち約80%は14歳以下ですが、成人の報告もみられます。

比較的に軽症なために普通のかぜと見分けが付きにくく、診断が遅れることがあります。一般的によく処方される抗菌薬では効かず、稀に心筋炎や髄膜炎などを併発することもあります。

マイコプラズマ肺炎は、咳で飛び散った飛沫を吸い込んで学校や家庭内に感染が広がりますが、インフルエンザのような広い地域での流行ではなく、狭い地域・集団での流行が散発的に発生するのが一つの特徴です。以前はオリンピックが開かれる年にオリンピック同様4年ごとの周期で流行が見られたので、「オリンピック病」や「オリンピック肺炎」などと呼ばれた時期がありました。しかし、1990年代に入るとこの傾向は崩れ、今ではほぼ1年中みられ、とくに秋から早春にかけて流行のピークが見られます。過去には、昭和59(1984)年、昭和63(1988)年に比較的大きな流行があったほか、平成12(2000)年以降は徐々に患者数が増加傾向にあります。平成23(2011)年は夏頃から患者数の増加が報告されていますが、増加した理由はよくわかっていません。

(1) 潜伏期間

6日～1か月と幅があるが2～3週間が一般的。



(2) 症状

風邪症候群様の症状

(発熱、疲労感、頭痛、のどの痛み、消化器症状、咳、発疹、など)

症状は個人差が大きく、咳の場合、発症初期は痰の出ない乾いた咳(コンコン)ですが、時間の経過と共に咳は強くなり、解熱後も1ヵ月程度続きます。年長児や青年では、後期に鼻水や痰で湿ったような湿性の咳(ゼーゼー)となることもあります。特に夜間に憎悪する頑固な咳が長く続くのが特徴的です。

粘液性の痰が見られることもありますが、一般的な風邪症候群と違って咽頭痛や鼻汁などはあまり多くはありません。

乳幼児に感染した場合は、肺炎になることは少なく、風邪や上気道炎で終わることが多いですが、5歳～10歳になると肺炎症状が出たり、重症化しやすくなっています。

(3) 合併症

中耳炎、関節炎、無菌性髄膜炎、脳炎、肝炎、心筋炎、溶血性貧血、ギランバレー症候群、スティーブンジョンソン症候群など。

(4) 予防方法

マスク

手洗い



手に付着している汚れや病原体を洗い流すことが目的であるため、30秒以上の時間をかけて指の間・爪先・親指・手首も忘れずに洗うことが必要。

【流水による手洗いの手順】

手洗い前のチェックポイント

- ◎ 爪は短く切っていますか？
- ◎ 時計や指輪をはずしていますか？

汚れが残しやすいところ

- ◎ 指先や爪の間
- ◎ 指の間
- ◎ 親指の周り
- ◎ 手首
- ◎ 手のしわ



① 石けんをつけ、手のひらをよくこする。



② 手の甲をのぼすようにこする。



③ 指先・爪の間を念入りにこする。



④ 指の間を洗う。



⑤ 親指と手のひらをねじり洗う。



⑥ 手首も忘れずに洗う。



⑦ その後、十分に水で流しペーパータオルや清潔なタオルでよく拭き取って乾かす。



アルコール消毒

速効性擦式手指消毒剤、消毒用エタノール 70%(ウェルパスなど)

原液 3 ccを手のひらにとり、乾燥するまで(約 1 分間)手に擦り込んで使う。



子どもが学校などからマイコプラズマを持ち帰ると、1～3 週間の潜伏期間を経て、家族に感染することがよくあります。予防接種はなく、決定的な予防法はありません。マイコプラズマに感染しても免疫は一生続くものでないため、1 度かかった人が再感染してしまうこともありますので注意が必要です。

家庭ではマスクやうがい、手洗い、患者の使うタオルやコップを使わないなど、普通のかぜと同じような予防法を心がけましょう。

お問合せ先：津山市健康増進課

0868-32-2069