

医療と保健と福祉のネットワーク 皆様のニーズにお応えして

おげんきですか



平成25年 11月号
医療法人社団 星野会

間違え易いかぜと肺炎

介護老人保健施設 つむぎの郷 施設長 玉野芳成

「肺炎」の症状は「かぜ」の症状と似ているために発見が遅れがちです。発見が遅れると重症化することもあり、特に高齢者では命に関わる場合もあります。

1 症状の違い

かぜの一般的な症状として、「発熱」「咳」「痰」があげられます。肺炎の典型的な症状も同様に発熱、咳、痰なので、「かぜと思っていたら実は肺炎だった」という場合がしばしば見られます。しかし、肺炎の場合は、38℃以上の高熱や、これまでになかったような強い咳、濃い色の痰が出るなど、かぜよりも重い症状が出ます。また、かぜなら通常は3~4日で症状が軽減しますが、肺炎の場合は長引くという特徴があります。

かぜと肺炎の症状の違い

	かぜ	肺炎
発熱	多くは38℃未満	38℃以上の高熱
咳	普通	強い
痰	無色透明	黄色や緑色
その他	—	息苦しさ、胸の痛み

以上のような症状が、かぜでは多くの場合、3~4日以内に軽減するが、肺炎の場合は3~4日以上続く。このことも、肺炎を見分けるポイントの1つといえる。

2 高齢者特有の症状に注意

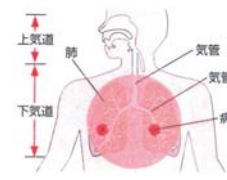
一般的に高齢者になると、体力や免疫の動きが低下して、体の防御反応が弱くなる傾向があります。そのため、肺炎を起こしても、高熱や咳、痰などの典型的な症状が現れにくくなります。高齢者では、代わりに「息が苦しい」「胸が痛い」「意識がもうろうとする」などの症状がみられることがあります。

●高齢者の肺炎の症状

- 呼吸が速い
- ぐったりする
- 食欲がない

特に、かぜをひいたあとにこのような症状があったら、肺炎が疑われる。

肺炎の起こり方



原因となるウイルスなどが鼻からのどの上部に感染して炎症を起こすものがかぜ、病原体が肺の奥まで感染して炎症を起こすのが肺炎。

治りにくい要因

- 免疫力の低下
 - 栄養状態が不良
 - 抗菌薬が病原体に合わない
- 持病がある人や高齢者の場合、体力・免疫の動き、栄養状態ともに低下していることがある。

3 肺炎の特徴

1) かぜの後に起こりやすい

肺炎はかぜやインフルエンザの後に起こりやすいといわれています。健康な状態では、病原体は免疫の働きで排除されて肺までは達しませんが、かぜをひいてのどの粘膜が傷つき、体が弱って免疫の働きも低下していたりすると、肺へ侵入しやすくなります。

2) 感染しやすく重症化しやすい人

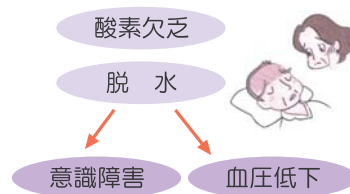
- ①高齢者…体力や免疫の働きの低下により、病原体に感染しやすいうえ、いったん肺炎が起ると治りにくく、進行しやすいといえます。
- ②慢性的な病気がある人
- ③持病の薬を服用している人

3) 検査と診断

どうゆう症状か、いつから、どれくらいの期間続いたかなど問診をされ、聴診器による診察を受け、胸部エックス線撮影を受け診断をされます。

入院治療

●入院治療を考える場合



脱水症状からくる意識障害や血圧低下が見られたら重症のサインなので、入院が勧められる。

●退院の目安

- 症状 発熱が治まる
- 高齢者の場合 食欲が回復する
- 血圧検査 CRPが正常値に戻る

CRPは炎症が起きた場合に、血液中に現れるたんぱく質の一種。正常な状態では血液の中にはごく微量しか見られないため、この数値で炎症の有無を判断する。正常値に戻ったら完治したと見なされる。

4 自分でできる予防法

高齢者ほど感染に注意が必要です。

- ①かぜをひかない。人込みを避ける、こまめに手を洗う、保温・保湿・換気に気をつける。
- ②体力の維持。十分な睡眠と栄養に気をつける。
- ③口の中を清潔に。
- ④禁煙。
- ⑤ワクチン接種。肺炎球菌ワクチンとインフルエンザワクチンの二つを接種されたほうが、肺炎による死亡率が下がります。

肺炎予防では、こんなことに気をつけよう

●肺炎予防

特に70歳以上の人は注意しよう!

- かぜをひかない
- 体力の維持
- 口の中を清潔に
- 禁煙
- ワクチン接種 (肺炎球菌ワクチン、インフルエンザワクチン)
- 持病の治療

かぜの予防・体力の維持

- 人込みを避ける。外出時にはマスクを着用
- こまめな手洗い、うがい
- 保温 ●保湿 ●換気
- 十分な睡眠・栄養
- 過労・不規則な生活を避ける

ワクチン接種が勧められる人 肺炎球菌ワクチン、インフルエンザワクチン

- 65歳以上
- 65歳未満でも
 - 肺、心臓、肝臓、腎臓の病気がある人
 - 糖尿病、膠原病、がんがある人
 - 脾臓の摘出手術を受けた人

(医) 星野会のホームページがリニューアル致しました!!

<http://www.hoshinokai.com/>

星野会

検索

介護を通じて人と人の架け橋を提供していく

介護の認定は受けただけでも、どのサービスを使って良いのかわからない…
星野会にはどのようなサービスがあるの?
その様な方は、星野会のホームページ、「介護施設のご案内」よりお探し下さい。

チャート式により、簡単にご希望の施設が探せます。

各施設の案内も載っております。

※詳細については各施設にお電話にてお問い合わせ下さい。

- 短期入所・通所介護施設 みやうち
TEL:0285-21-0122
- グループホームまゆ
TEL:0285-25-8217
- 介護老人保健施設 つむぎの郷
TEL:0285-25-8200
- 長期入所
TEL:0285-25-8200
- 在宅介護支援センター 軸
TEL:0285-25-8201
- 在宅介護支援センター
居宅介護支援事業所
- 短期入所 桑
TEL:0285-24-3088
- 短期入所生活介護

「おげんきですか」もホームページよりご覧になれます。

介護老人保健施設 つむぎの郷 小山市犬塚62 ☎0285-25-8200