

「肺炎」って怖い？

その3

Medical life advice

Vol. 5

松本醫院
院長 松本英彦

いよいよ「肺炎」シリーズの最終回です。今回は治療・予防・ワクチンについてお話します。

肺炎治療の基本は、全身状態の改善と適切な抗菌薬(抗生物質)の投与です。

1) 全身状態の改善と維持

肺炎は若年者でも発熱や食思不振などで脱水に陥り、全身状態が不安定になります。軽症では外来通院でも治療できますが、その場合も自宅安静が必要です。家事や仕事などでどうしても安静が得られない場合や重症例では入院が必要です。その場合、脱水の補正や適度な解熱などが治療の主体となります。

2) 抗菌薬(抗生物質など)の選択

すべての菌に対し有効な抗菌薬というものはありません。最近、多くの種類の菌に効く広範囲な抗菌薬が次々と開発されていますが、それらを濫用すると耐性菌をつくり出すので、抗菌薬はその起炎菌を同定しそれに合った薬を選ぶというのが原則です。しかし培養や薬剤感受性検査の結果が出るまでには数日かかるので、通常は経験に基づいて菌を予測し、抗菌薬を選択します。

肺炎はその原因によって一般細菌、非定型肺炎、嫌気性菌(誤嚥性肺炎)、難治性の耐性菌(MRSA、耐性緑膿菌)、その他(真菌・ウイルスなど)に分類されるので、抗菌薬の選択がかなり違ってきます。具体的には、年齢、背景疾患の有無、市中肺炎か院内肺炎か、臨床症状、検査所見、重症度などを参考に抗菌薬を選択するのです。

3) 予後

若い人の肺炎では死に至ることはまれで、早期に治療を開始すれば後遺症を残さず治ります。しかし高齢者や呼吸器に既存の疾患(たとえばCOPD)を持っている人などでは死亡率は高くなります。また強力な抗菌薬でいったん治療がうまくいきかけても、体力の低下とともに別の菌に感染(混合感染や院内肺炎)したり、誤嚥性肺炎を起こしたり、最終的には不幸な転帰をとることがあります。やはり肺炎は、わが国で死亡者数第4位の疾患なのです。

5) 予防・ワクチンと生活上の注意

肺炎球菌ワクチンというものがあります。これは市中肺炎の原因の約40%を占める肺炎球菌に対するワクチンとして米国で開発されたもので、わが国でも65歳以上の高齢者で肺や心臓に病気を持っている人を中心に勧められています。高齢者はインフルエンザワクチンと一緒に接種することで、高齢者の肺炎死亡を減らせるのではないかとわれています。

肺炎にかかることを防ぐのはなかなか困難です。特に高齢者は急性上気道炎(かぜ)がきっかけになることもあるので、流行時期には予防(水やお茶によるうがい、喉の保湿など)が必要です。さらに肺炎にかかってしまい通院で治療する場合は、十分な安静と水分を摂取し、栄養低下をさけることが不可欠です。普段から適度な運動と十分な睡眠・バランスのとれた食事に心がけて、体力や免疫能を低下させないことが大切ですね。