

ほけんじょだより

2025年11月
第61号

西多摩保健所



電話：0428-22-6141(代表)
FAX：0428-23-3987

ほけんじょだよりへの
ご意見をお寄せください



■ 今号の内容

- 結核は、過去の病気ではありません 1
 - 冬の食中毒に注意！ 2
 - おいしい減塩“まずは1日マイナス2g” 3
 - 今日からできる！上手な医療のかかり方
～かしこい患者は「メモ上手」～ 4
 - 知ってほしい！お酒のこと
～適量を振り返りましょう～ 4
- 臨時増刊号(別冊)
からだ気くばりメニュー店



結核は、過去の病気ではありません



2023年 新規結核患者数
西多摩保健所管内 20人、東京都全体 1,190人

このうち6割が60歳以上の高齢者

高齢者に結核患者が多いのは、感染したことに気がつかず、免疫の低下により、結核菌が活動を始めるためです。

結核って、どんな病気？



- ・主に肺に炎症が起こる病気です。
- ・結核患者の咳やくしゃみなどで飛び散った結核菌を周囲の人が吸い込むことで感染します。
- ・6～9か月間、複数のお薬を毎日内服することで治療することができます。
- ・発見が遅れると入院治療が必要になることがあります。今はほとんどの方が外来で治療しています。

こんな症状ありませんか？

- ☒ 2週間以上続く咳や痰
- ☒ 微熱が続く
- ☒ からだがだるい、疲れやすい
- ☒ 食欲がない、体重が減った

本人よりも周囲の人が気づくことが多いです。
身近にいる方たちはどうですか？

早期発見が重要です

- ・症状がある場合は、早めにかかりつけ医等を受診しましょう。
 - ・高齢者は咳や痰などの症状が目立たずに病気が進行し、発見が遅れることが多いため、注意が必要です。
 - ・年に1回、定期健康診断で胸部X線検査を受けましょう。
 - ・保健所では、病気の回復に向けてのお手伝いをいたします。
- 結核に関して心配なことがありましたら、ぜひご相談ください。

