



新年明けましておめでとうございます。

本年も皆様のご健康をサポートしていきます。

どうぞよろしく願い申し上げます。

今月のテーマはこの時期に流行る溶レン菌感染症、マイコプラズマ肺炎についてです。

溶レン菌感染症

溶レン菌感染症は、幼児や学童の扁桃炎・咽頭炎などの上気道感染症を引き起こします。合併症として、肺炎、髄膜炎、敗血症などの化膿性疾患、あるいはリウマチ熱、急性糸球体腎炎などの非化膿性疾患を生ずることもあります。

もしも溶レン菌感染症にかかってしまったら・・・

お口の中を清潔にし、うがいをしっかり行ってください。食事は、水分の多い、消化のよいものを食べさせてあげてください。また、熱が高いときは、氷枕を使ったり、解熱剤を使って楽にしてあげてください。溶レン菌には、抗生物質を使用しないと治りませんので、医師に指示された薬をしっかりと服用させてあげてください。

マイコプラズマ肺炎

人から人にうつります。具体的には、主に患者の咳で飛沫感染します。家族内や職場内で多く感染します。1度かかった人が、再感染することもあり、マイコプラズマ肺炎に対する免疫は終生続くものではありません。潜伏期間は約2～3週間とされています。

主な症状は **激しい乾いた咳**、**発熱**、**全身倦怠感**が3大症状です。

咳は多くの場合、痰を伴わない「コンコン」という乾いた感じの咳で、長期間続きます。その他に、結膜充血、頭痛などを伴うこともあります。

まれに、病気が進むと肺の一部に空気が行かなくなり、その部分の肺の大きさが縮む、「無気肺」の状態になることがあります。

特に、小児や若い成人に多いのですが、高齢者にもみられます。

乾いた激しい咳が長引く場合は、マイコプラズマ肺炎を疑ってください。

予防には、うがいと手洗いを励行してください。

経過中に発熱が続き、嘔吐、頭痛等がみられる場合は髄膜炎になっている可能性が高いので、すぐ医療機関を受診させてあげてください。

溶血性貧血、中耳炎、心筋炎、心嚢炎、ギラン・バレー症候群、スチーブンス・ジョンソン症候群など多くの合併症が報告されています。死亡例もあるので注意が必要です。

溶レン菌感染症もマイコプラズマ肺炎も院内で迅速検査ができ、15分ほどで、検査の結果がでます。

冬の乾燥対策

冬は室内の空気がとても乾いています。空気が乾燥してくると、のどや気管支からウイルスが感染しやすくなり、風邪をひいたり体の抵抗力が弱くなってきます。冬はお部屋を暖めるだけではなく、乾燥し過ぎないように心がけて風邪を予防しましょう。

室内の乾燥を防ぐには、水分を蒸発させる加湿器などが一般的でしたが、最近よく言われているのが、洗濯物を室内に干して湿度を上げるやり方です。この方法だと、簡単で特別にコストもかかりません。室内干し用の洗剤も市販されています。ただ、ブラブラと洗濯物がお部屋に下がっていると見た目によくないという場合は、濡らしたタオル1枚でもお部屋の片隅に干すと効果があるようです。