



長嶋茂雄さんを襲った肺炎 「転倒するようになった」もサイン？…高齢者は症状が出にくいことも

今回はYomiDr.さんの記事をご紹介します。

<https://www.yomiuri.co.jp/yomidr/article/20250606-OYTET50001/>

詳しくは上記ホームページ（右記二次元コード）をお読みください。



読売巨人軍の選手・監督として活躍した長嶋茂雄さんが、肺炎のため、89歳で亡くなりました。厚生労働省の人口動態統計によると、肺炎は日本人の死因の5位で、高齢者にとっては特に恐ろしい病気です。



肺炎は細菌やウイルス、真菌などが肺に入り、炎症を起こす病気です。せきや発熱、息苦しさといった症状が出ますが、高齢者の場合はこれらがはっきり現れず、「なんとなく元気がない」「転びやすくなった」といった普段と違う様子がきっかけになることもあります。治療は原因に応じた薬を使い、酸素投与や水分補給も行います。重症になると人工呼吸器の使用や血液透析が必要になることも。治療が遅れると菌が血液に入り「敗血症」を起こすなど、命に関わるリスクが高まるため、早めの受診と適切な治療がとても大切です。

口腔ケアが肺炎のリスクを下げる

——肺炎を予防することはできますか。

超高齢社会に入り、肺炎の予防は極めて重要なテーマの一つとなっています。高齢者が肺炎で入院すると、回復しても筋力が衰えて歩行が難しくなったり、認知症が進んでしまったりするリスクがあるからです。コロナ禍のときに、徹底した感染対策によってインフルエンザなど他の飛沫ひまつ感染の流行が抑えられたように、人混みでのマスクの着用、定期的な換気は有効です。また、適度な運動や睡眠、禁煙や適切な栄養管理、糖尿病や心疾患などの基礎疾患のコントロール、日頃からの口腔ケアの実践も重要です。

——口腔ケアが肺炎の予防になるのですね。

歯や口の中をきれいに保つことで、肺炎の発症や死亡のリスクを下げられることがデータで示されています。飲み込む力が弱くなった高齢者は、食べ物や飲み物、唾液などを誤って気道に飲み込む「誤嚥」をすることが多くなります。その際、細菌と一緒に気管支や肺に入ってしまうと、誤嚥性肺炎という病気につながります。口腔ケアで口の中の細菌を減らすことは、誤嚥性肺炎の予防に有効です。

——肺炎予防につながる予防接種はありますか？

肺炎を起こす原因となる感染症は予防が大事になります。インフルエンザワクチン、肺炎球菌ワクチン、コロナワクチン、RSウイルスを予防するRSワクチンなどが推奨されます。高齢者や基礎疾患のある方は、接種を検討していただきたいと思います。

2025 07

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2 休診	3	4	5 17時まで
6	7	8	9 休診	10	11	12 17時まで
13	14	15	16 休診	17	18	19 17時まで
20	21 祝日	22	23 休診	24	25	26 17時まで
27	28	29	30 休診	31		

