



みどり



94号『高齢者と肺炎①』

2016年1月1日発行／編集責任者 田中 眞／毎月1日発行／群馬県藤岡市篠塚105-1
<http://www.shinozuka-hp.or.jp/center/>

明けましておめでとうございます。今年も皆様の健康維持，促進のため，良質な医療を提供することを目標に，職員一同努力して参ります。

* * *

寒さは免疫力の低下を招き，様々な感染症に罹患しやすくなります。特に高齢者は感冒やインフルエンザなどの上気道感染から肺炎を併発し，重症化する傾向にあります。医療が発達した現在でも肺炎は高齢者が注意すべき疾患の上位であることに変わりありません。

高齢者では，肺炎を発症する背景，治療や対策が，若年者とは異なります。それらの点を踏まえながら，高齢者にみられる肺炎の特徴と予防を紹介します。肺炎に対する理解を深め，日頃の健康管理に役立てていただければ幸いです。

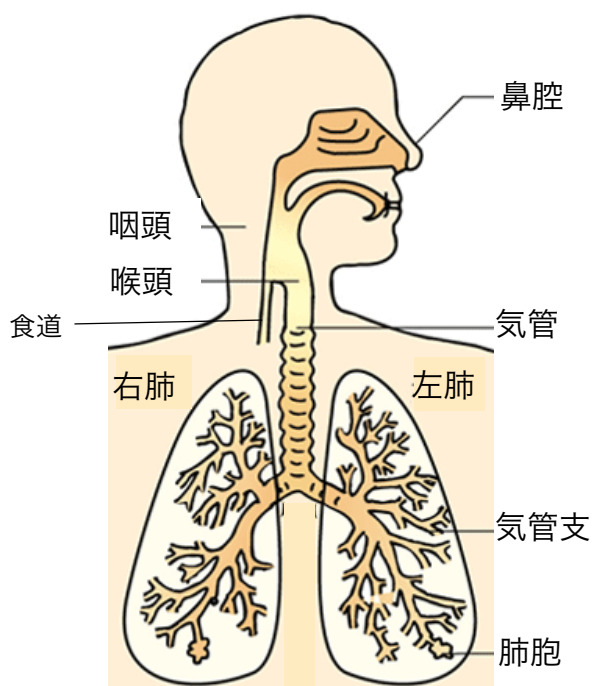
呼吸器の構造

「肺炎」とは，肺の炎症性疾患の総称です。ここではまず，肺を含む「呼吸器」の構造を解説します。

ヒトが呼吸をするとき，空気はまず鼻から入り，のど（咽頭・喉頭），気管，左右に分かれる気管支を通して，肺に入ります。これら呼吸に関わる器官を「呼吸器」と呼びます（図）。

鼻から気管支までは空気が通る器官で，「気道」と呼びます。このうち，鼻から喉頭までを「上気道」，気管から気管支までを「下気道」と

図. 呼吸器の構造



(アステラス HP より一部改変)

呼びます。

気管支は肺に入ると細かく枝分かれしていき，最終的には「肺泡」と呼ばれる袋状の構造に至ります。この肺泡がたくさん集まったブドウの房のような構造が「肺」で，右肺と左肺があります。肺泡では，空気中に含まれる酸素と，毛細血管内の二酸化炭素が交換されます。つまり肺は，生命の維持に重要な器官なのです。

病原微生物に対する気道の防御機能

肺炎の原因となる病原微生物の多くは空気と

一緒に気道の中へ入ってきます。健康なヒトの体内では、炎症を惹起する病原微生物を排除する機構が働きます。この仕組みには大きく分けて2つあります(表1)。

表1. 気道の防御機能

- ◎ 気道の機能：線毛運動，咳反射
- ◎ 免疫担当細胞の機能

一つは気道の構造です。空気の通り道である鼻腔から気管支の表面は粘液と「線毛」と呼ばれる細かい毛に覆われており、気道に入ってきた病原微生物は粘液で捕捉され、線毛の運動により外へ押し出されます。また、気道は「咳反射」という、気道の異物や増加した分泌物(痰)を排出する機能を持っています。

もう一つはリンパ球などの免疫担当細胞です。病原微生物の排除に重要な役割を担っています。

* * *

肺炎の典型的な症状として咳、喀痰の増加や発熱があります。これらの症状は生体の防御機構が働いていることの現れで、多くの場合、気道の炎症は重篤化せず治癒します。

防御機能が低下する原因

しかし生体の防御機能は、様々な原因で低下します(表2)。

表2. 防御機能が低下する原因

- ◎ 喫煙
- ◎ 環境要因：寒冷・乾燥，ストレス
- ◎ 加齢
- ◎ 慢性疾患への罹患
- ◎ 免疫調整機能をもつ薬剤の服用

その結果、病原微生物が上気道から下気道、ついには肺に感染し、炎症を引き起こすのです。

高齢者に発症する肺炎の特徴

高齢者に発症する肺炎には、次のような特徴が挙げられます(表3)。いずれも加齢や基礎疾患を有することにより、気道の防御機能などが

低下していることが背景にあります。

① 症状が非典型的である

発熱、咳、痰など、肺炎に随伴する症状がないか、あっても軽微なものにとどまる例が半数近いとされます。食欲不振や活気のなさ、覚醒度の低下など、一見肺炎と関係のない症状で医療機関を受診し、肺炎と診断されることが少なくありません。

② 肺炎が重症化しやすい

糖尿病や脳血管・心・呼吸器疾患などの慢性疾患は、免疫担当細胞の機能低下、つまり抵抗力低下の原因となります。呼吸機能が急激に悪化する状態(急性呼吸不全)になりやすいだけでなく、中枢神経系の機能低下や心機能の低下(心不全)を併発する危険性も高まります。

③ 再発率が高い

飲食物や唾液などを飲み込み、食道から胃に送り込む動作を「嚥下(えんげ)」といいます。加齢や基礎疾患の影響により、気道の機能低下に加え嚥下機能も障害されることがあります。その結果、飲み込んだものが誤って気道に入ってしまうことがあり、これを「誤嚥(ごえん)」といいます。誤嚥により、食物残渣や唾液と共に細菌が肺に流れ込んで生じる肺炎を「誤嚥性肺炎」といい、高齢者に発症する肺炎のかなりの割合を占めます。誤嚥への対策を取らないと再発を繰り返しやすいという特徴があります。

表3. 高齢者に発症する肺炎の特徴

- ① 症状が非典型的であることが多く
診断、治療に時間を要することがある
- ② 様々な基礎疾患を持つことが多く
肺炎が重症化しやすい
- ③ 生理機能の低下が背景にあることが多く
再発しやすい

次号は肺炎の予防を中心に紹介します。

(文責：金子 由夏)