

# 結核 (TB)

## Tuberculosis (TB)

Tuberculosis or TB is a disease caused by germs called bacteria that most often affects the lungs. You can get infected with TB when you breathe in the germs. You are at a higher risk to get TB if you have a weak immune system. This system can be weakened by poor diet, illness, medicines, stress and other causes.

### Types of infection

There are two types of TB infection, latent and active.

**Latent** infection is when you may have no signs of TB. The bacteria are in your body, but they are not active. You will not feel sick or spread TB to others. Skin or blood tests will be positive for TB. Treatment is still needed to prevent you from getting active TB later.

**Active** infection is when you have signs of the disease. You are able to spread the disease to others when you breathe, cough, sing or laugh and other people breathe in the TB germs. Without treatment, TB can cause serious damage to the lungs and death.

### Signs

TB in the lungs can cause these signs:

- Cough that lasts more than 3 weeks or won't go away
- Fever and chills
- Weight loss or loss of appetite
- Feeling weak and tired
- Chest pain
- Night sweats

結核またはTBは、バクテリアと呼ばれる細菌によって引き起こされる病気で、肺に最も多く影響を及ぼします。多くの場合、症状は肺に現れます。病原菌を吸い込むと、結核に感染する恐れがあります。免疫力が低下しているときは、結核に感染するリスクが高まります。このシステムは、質の悪い食事や、病気、薬、ストレスおよびその他の原因によって弱くなる可能性があります。

### 感染の種類

結核には潜伏性結核と活動性結核の2種類あります。

結核の兆候がないときに**潜伏性**感染にかかっていることがあります。細菌が体の中に存在しても、活動していない状態です。気分が悪くなったり結核を他者にうつしたりすることはありません。結核は皮膚検査または血液検査で陽性反応を示します。後になって活動性結核に罹患しないように治療が依然として必要です。

**活動性**感染とは、病気の兆候がある場合を指します。あなたが呼吸したり、咳をしたり、歌ったり、笑ったりすることで他人が結核菌を吸い込むと、結核を他人にうつしてしまいます。結核治療を行わないと、肺に深刻な損傷を与え死に至る可能性があります。

### 兆候

肺結核は3つの兆候があります:

- 咳が3週間以上続いたり、治らない
- 熱および寒気
- 体重の減少や食欲不振
- 弱っているように感じたり、疲れた感じがする
- 胸痛
- 寝汗

## Testing

A skin test will be done to see if you are infected. A positive test means that you have been infected. If your test is positive, your doctor may also use a blood test, a chest x-ray and tests of the sputum you cough up to see if you have TB. Your family members and others living with you will also be skin tested to check if they also are infected.

A negative test often means that you are not infected. The skin test may not react if you have a weak immune system. Your doctor may check for TB if your skin test is negative, but you still have signs.

## Medicines

If you have a positive skin test or have TB, you will be started on medicines.

- For latent infection, you may need to take medicine for 3 to 9 months.
- For active TB, medicine treatment may be needed for 6 to 12 months or more.

**Take your medicines as directed.** You may need more than one type of medicine for TB.

- **You need to take all of your medicines for as long as your doctor orders.**
- **Do not stop taking them, even if you feel better.**

Skipping doses or stopping medicines early can cause:

- The spread of TB to others.
- The infection to come back.
- The germs to become resistant to the medicine. This means the germs are harder to stop with the medicines available, making it harder to treat.

## 検査

感染の有無を確認するには、皮膚試験を行います。検査の結果が陽性であれば、病原菌に感染したことがあります。検査結果が陽性の場合、血液検査、胸部X線検査、咳で出た痰の検査を行い、結核かどうかを調べます。あなたの家族やあなたと同居している人も、感染を確認するために皮膚検査を受けることとなります。

結果が陰性であれば、ほとんどの場合は感染していません。免疫力が低下しているときは皮膚試験で正しい結果が得られないことがあります。皮膚試験の結果が陰性でも、症状が現れているときには結核の検査を行うことがあります。

## 薬

皮膚試験の結果が陽性の場合や結核に感染している場合は、投薬を開始します。

- 潜伏感染の場合は、薬を3～9か月間服用する必要があります。
- 活動性結核は6～12か月間、薬治療が必要になることがあります。

**指示されたとおりに薬を飲んでください。**複数の種類の抗結核薬を飲む必要がある場合があります。

- **医師の指示がある限り、薬はすべて服用してください。**
- **体調が良くなったとしても、薬の服用を止めないでください。**

服用を飛ばしたり、早期に服用を中止したりすると、次のことが発生する場合があります：

- 期他人への結核感染。
- 結再感染。
- 薬に対して細菌が耐性を持つ。これは、利用できる薬で細菌を止めることが難しくなり、治療が困難になることを意味します。

Most often, after 2 to 3 weeks of medicine treatment for active TB, you are no longer contagious. This means you will not pass TB germs to others, but you still need to take your medicine as ordered.

## Protect yourself and others

- Wash your hands well with soap and water or use alcohol based hand sanitizer before and after meals.
- Keep your body strong. Eat 3 meals and drink 6 to 8 glasses of fluid each day.
- Go to all your doctor appointments.
- **Always cover your mouth** when you cough or sneeze with a tissue, then throw it away. You can also cough into your sleeve if you do not have a tissue. Then, wash your hands.

## Hospital care

If you are sick enough that you need to be in the hospital, steps will be taken to prevent others from getting TB.

- You will be isolated in your room until you have been on TB medicines for 2 to 3 weeks or until your sputum is not infected.
- Anyone who comes into your room will wear a mask.
- The door to your room will be closed.
- You will need to wear a mask when you are out of your room.

ほとんどの場合で、活動性結核の治療薬を2～3週間投与すると、伝染しなくなります。これは他人に結核をうつすことはなくなるものの、まだ指示された通りに薬を服用する必要があります。ということです。

## 自分自身と他人を守る

- 食事の前後に石鹸と水で手をよく洗う、またはアルコール基剤の消毒液を使用する。
- 体力を維持するために。毎日3回の食事とコップに6～8杯の水分を摂りましょう。
- 医師の診察予約は必ず守ってください。
- 咳やくしゃみをするときは**常に手で口を覆う**かティッシュを使用し、その後に捨ててください。ティッシュがない場合は、袖で覆って咳をしてもよいです。その後に手を洗ってください。ティッシュがない場合は、袖で覆って咳をしてもよいです。その後に手を洗ってください。

## 病院でのケア

入院が必要なほどの病気なのであれば、他の人が結核にならないための手順を踏みます。

- 結核の薬を2週間から3週間服用するか、痰の感染がなくなるまで、病室で隔離されます。
- 病室への来訪者は必ずマスクを着用します。
- 病室のドアは閉めたままにします。
- 病室の外に出るときは、必ずマスクを着用してください。

## Call your doctor right away if you:

- Have a worse cough.
- Cough up blood.
- Have trouble breathing.
- Lose weight even when you are eating a good diet.
- Have fevers or night sweats.
- Have brown urine or gray stools.
- Have yellow skin or yellow eyes.

## Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

## 以下の症状が現れた場合は直ちに担当医に連絡してください:

- 咳が悪化した。
- 吐血した。
- 呼吸困難。
- 十分な量の食事をとっているにもかかわらず体重が減少する。
- 発熱または寝汗。
- 尿が褐色、または便が灰色になる。
- 皮膚や目が黄色くなる。

## 質問や不明な事項については、主治医または看護師にご相談ください。