

肺炎予防のために 知っておきたいこと

監修：地方独立行政法人 長崎市立病院機構 副理事長/長崎みなとメディカルセンター 院長 門田淳一

このような方は、特に肺炎に注意が必要です！



65歳以上



喫煙歴がある¹⁾。



糖尿病である²⁾。



心臓の持病がある²⁾。



呼吸器に持病がある²⁾。



一人暮らし

特に高齢者は肺炎に要注意

肺炎で亡くなる日本人*のうち97.6%が65歳以上(2020年)です³⁾。

*新型コロナウイルス感染症による死亡者は含まれません

97.6%

気づかないうちに重症化も

高齢者の肺炎では、発熱や咳、たんなどの症状があまりみられません。

下記のようになんとなく調子が悪いという状態から、急激に症状が進むことがあります。



元気がない



食欲がない



寝てばかりで
動かない



意識が
はっきりしない

風邪のような症状がある、体調がおかしい、元気がないなど、いつもとは違う様子で気になる場合には、お早めにお医者さんにご相談ください。

肺炎予防の方法は？

日常の感染予防と、予防接種で防げる肺炎もあります。

日常の感染予防としてできること



うがい



手洗い



マスク



口腔ケア



誤嚥を防ぐ

歯磨きなどで
口の中を清潔にする。

誤嚥(ごえん)
を防ぐ。

予防接種を受けること



予防接種

予防接種で防げる肺炎もあります。
お近くの医療機関へご相談ください。

※ 過去に肺炎球菌感染症の予防接種を
受けたことがある方もご相談ください。

予防接種は、すべての肺炎を防ぐものではありません。

からだの免疫力を高めること



規則正しい
生活

規則正しい
生活をする。



禁煙

禁煙をする。



持病の治療

もともと持っている
病気を治療する。

肺炎予防していますか？チェックしましょう。

- | | | |
|------------------------------|----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> うがい | <input type="checkbox"/> 規則正しい生活 | <input type="checkbox"/> 肺炎球菌ワクチンの接種 |
| <input type="checkbox"/> 手洗い | <input type="checkbox"/> 禁煙 | <input type="checkbox"/> インフルエンザワクチンの接種 |
| <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> 持病の治療 | <input type="checkbox"/> 新型コロナワクチンの接種 |
| <input type="checkbox"/> 歯磨き | | |

肺炎予防はつづけることが大切です。くわしくは医師にご相談ください。

1) Almirall J, et al. *Chest*. 1999; 116(2): 375-379. 2) Pelton SI, et al. *BMC Infect Dis*. 2015; 15: 470. 3) 厚生労働省. 人口動態統計(確定数)2020年.

MSD肺炎予防音声ガイド

肺炎予防について、
自動音声で紹介しています。

— 電話番号は、お間違いのないようにお願いいたします。—

通話料無料



0120-668-910

肺炎予防 検索



2022年4月作成
PMV22PA0022