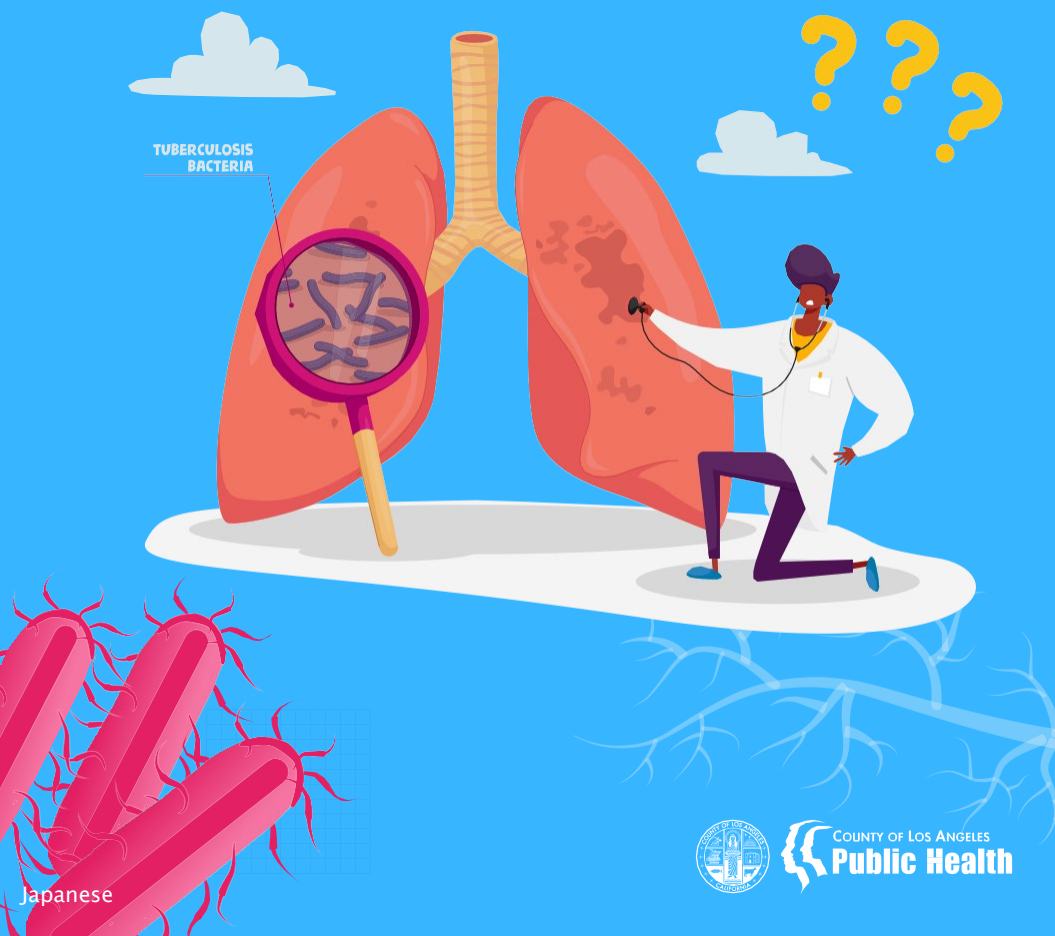


潜在性 結核 感染症 (LTBI) とは？

患者教育ハンドブック



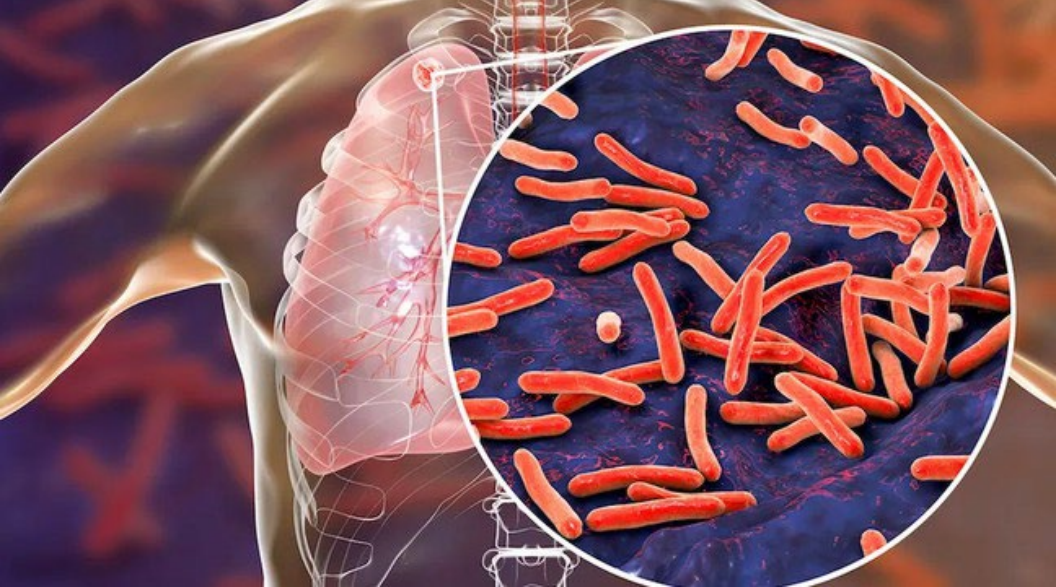
TUBERCULOSIS
BACTERIA



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

目次

1. 潜在性結核感染症 (LTBI) とは？	5
2. 潜在性結核感染症と結核症の違いとは？	5
3. 結核菌はどのように体内に侵入する？	6
4. 潜在性結核感染症にかかりやすいのは誰？	6
5. 潜在性結核感染症の診断方法	7
6. 在性結核感染症の治療	8
7. 潜在性結核感染症のための薬を飲まなければならない期間は？	9-11
8. 活動性結核症を予防するために潜在性結核感染症を治療する重要性	12
9. 潜在性結核感染症のために処方された薬をすべて飲み切るのが重要な理由	12
10. 潜在性結核感染症のための薬を飲んでいる間に食べるべき食べ物	13
11. 自己管理：運動、呼吸、およびセルフケア	14
12. 患者の体験談	15
13. We are TB：結核サバイバーと支援者	15
よくある質問	16
公衆衛生結核クリニック情報	17



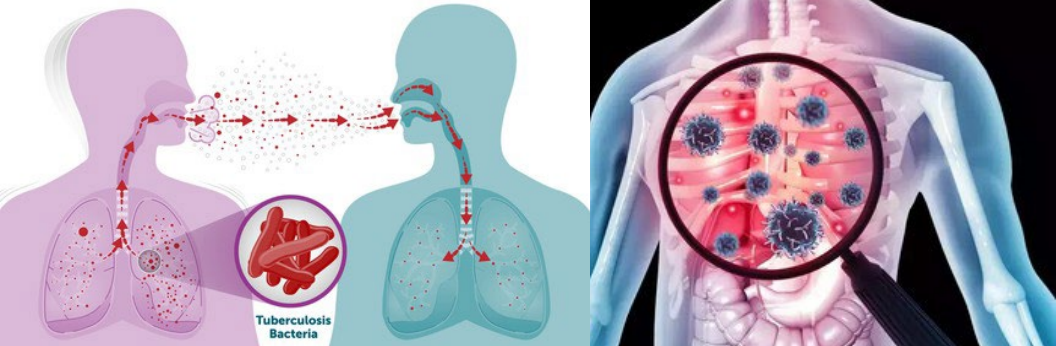
1. 潜在性結核感染症 (LTBI) とは？

- 結核菌に感染しているにもかかわらず、活動性結核が発症していない場合を指します。「潜在性」は「不活性」と言い換えることができます。
- 結核菌は体内に潜んで「眠っている」ため、病気になったと感じたり、他の人にうつしたりすることはありません。ですが、体が弱ると、結核菌が「目を覚まし」、活動性になって病気を引き起こします。これが結核症です。不活性結核菌は誰にでも感染する可能性があります。
- 潜在性で不活性な結核を治療することによって、後から活動性結核が発症することを防止できます。

2. 潜在性結核感染症と結核症の違いとは？

潜在性結核 (TB) 感染と結核疾患はどのように違いますか？	
潜在性結核感染者の人物：	結核症の人物：
症状がない 😊	症状がある 😞
具合の悪さがない 🏃	具合の悪さがある 🏃
他人に感染させる可能性がない 🚫	他人に感染させる可能性がある ☀️
治療によって結核症の発症を防止できる 💊	治療によって治すことができる 💊





3. 結核菌はどのように体内に侵入する？

結核菌は、発症している人物が換気の良くない部屋で咳や、くしゃみ、会話、または歌唱をすると空気中に広がる可能性があります。

その空気を吸い込むと、菌が体内に入る可能性があります。

最初の内は、結核菌は体内で眠った状態のままの場合があります。こういった状態を「潜在性結核感染症」と呼びます。この状態では具合が悪くなったり、他の人に感染させたりすることはありません。ですが、体が弱り、結核菌に対して抵抗力できなくなると、結核菌が「目覚め」、具合が悪くなります。この状態を活動性結核症と呼びます。

4. 潜在性結核感染症 (LTBI) にかかりやすいのは誰？

不活性結核菌は誰にでも感染する可能性があります。以下のようなリスク要因があると感染しやすくなります：



結核の感染率が高い国で出産、旅行、または居住(1ヵ月以上)をした場合



がん治療用の薬など、感染への抵抗力を減退させる薬を投薬し始める準備ができている場合、または既に投薬している場合



これまでの人生で活動性結核症の人物と濃厚接触をしたことがある場合



現在または過去にホームレス状態または投獄を経験した場合

詳細：

https://www.cdc.gov/tb/media/Question_Answers_About_TB_English.pdf

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/TB-Risk-Assessment.aspx>

5. 潜在性結核感染症の診断方法

潜在性結核感染症の治療は、健康な状態を保つのに役立ちます。とりわけ、活動性結核症になったことがある場合や、活動性結核症を発症した人と一定期間接触していた場合には有効です。検査を1回すれば良いだけの場合もありますが、高リスクの状況に置かれていた場合や、既往症もしくは症状がある場合、または活動性結核症の人物と接触した場合は、毎年検査をする必要がある場合もあります。

結核菌に感染しているかどうかを判定する際は以下のような2つの検査をすることができます：



血液検査



皮膚反応検査

詳細：

https://www.cdc.gov/tb/testing/blood-test.html#cdc_testing_how_to_get_tested-how-to-get-tested

6. 潜在性結核感染症の治療

治療を受けるべき理由は？

結核菌が体内に侵入しても不活性なままでいることがあり、この状態が潜在性結核感染症と呼ばれています。この段階では、具合が悪くなったり、症状が出たり、他人に感染させたりすることはありません。ですが、免疫システムが弱まると、結核菌が活動を始め、結核が発症し、具合が悪くなります。

潜在性結核感染症の治療薬を服用することによって結核菌を撃退できるので、結核菌が「目覚める」ことがなく、具合が悪くなりません。治療薬によって健康状態が維持されるだけでなく、家族や友人を守ることもできます。






詳細：
https://www.cdc.gov/tb/media/Question_Answers_About_TB_English.pdf

7. 潜在性結核感染症のための薬を飲まなければならない期間は？

潜在性結核感染症になった場合は、健康状態を保つために治療薬を服用します。ほとんどの場合は3ヶ月から4ヶ月ほどです。ですが、活動性結核症患者とどのようにに接触したかや、既往症、および医師の推奨事項によっては、3ヶ月から9ヶ月に渡って治療薬を服用する場合があります。

潜在性結核感染症の治療には以下のような例があります：

潜在性結核感染症の治療計画

	薬剤	期間	頻度	毎日の量	用量および年齢層
標準	イソニアジド ¹ および リファベンチン ¹¹ (3HP) 	3か月	週1回	12	成人および12歳以上の小児 INH ¹ : 15 mg/kg (50または100 mg単位で切り上げ) : 最大900 mg RPT ¹¹ : 10~14.0 kg : 300 mg 14.1~25.0 kg : 450 mg 25.1~32.0 kg : 600 mg 32.1~49.9 kg : 750 mg 250.0 kg : 最大900 mg
					2~11歳の小児 INH ¹ : 25 mg/kg、最大900 mg RPT ¹¹ : 上記参照
	リファンピシン ² (4R) 	4か月	毎日	120	成人 : 10 mg/kg ; 最大600 mg 小児 : 15~20 mg/kg ; 最大600 mg
	イソニアジド ¹ および リファンピシン ² (3HR) 	3か月	毎日	90	成人 INH ¹ : 5 mg/kg ; 最大300 mg RIF : 10 mg/kg ; 最大600 mg 小児 INH ¹ : 10~20 mg/kg ; 最大300 mg RIF : 15~20 mg/kg ; 最大600 mg
代替	イソニアジド ² (9H / 9 RD) 	6か月	毎日	180	成人 毎日 : 5 mg/kg ; 最大300 mg 週2回 : 15 mg/kg ; 最大900 mg
			週2回*	52	
		9か月	毎日	270	小児 毎日 : 10~20 mg/kg ; 最大300 mg 週2回 : 20~40 mg/kg ; 最大900 mg
			週2回*	76	

一般的にはビタミンB6が投与されますが、稀に他のより強力な薬が用いられる場合もあります。

詳細：<https://www.cdc.gov/tb/treatment/inactive-tuberculosis.html>



潜在性結核感染症を治療するために使用される薬で一般的な副作用は？

ビタミン類を含むすべての治療薬によって副作用が引き起こされる場合がありますが、ほとんどの場合は問題になりません。リファンピシンの場合、無害な副作用として、涙や、汗、および尿がオレンジ～赤色に変わることがあります。これは通常の反応で、治療終了後に色は戻ります。ですが、ソフトコンタクトレンズは永久に染まる可能性があるため、治療中は装着を避けるよう医師から指示されることがあります。

副作用が出ていると思った場合は、すぐに医療提供者または看護師に問い合わせてください。潜在性結核感染症の治療薬の服用をやめたり、フォローアップ検査を受けるために来院したりするように指示される可能性があります。

一般的な副作用として以下のようなものが発生する場合があります：

- 発疹
- 疲労
- 吐き気
- インフルエンザのような症状
- 嘔吐
- めまいや立ちくらみ
- 下痢

治療を始める前に：

- ◆ 服用している薬は、すべて医療提供者または看護師に伝えるようにしてください。一部の薬は潜在性結核感染症の治療を妨げるだけでなく、吐き気などの副作用を引き起こす可能性もあります。服用している薬に関する情報を共有することによって、問題の発生を防止し、治療を安全かつ効果的なものにできます。



経口避妊薬を服用している場合は、新しい薬の服用を始める前に、医療提供者または看護師に伝えてください。
一部の薬は経口避妊薬の効果に影響を及ぼす場合があります。

妊娠している場合や、妊娠している可能性があると思う場合、または授乳をしている場合は、医療提供者または看護師に伝えてください。そうすることで、本人だけでなく赤ちゃんの安全も守られます。



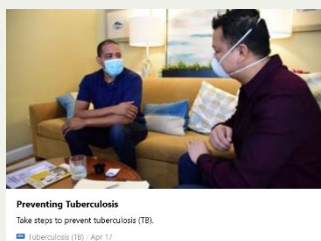
8. 活動性結核症を予防するために潜在性結核感染症を治療する重要性

潜在性結核感染症の治療が活動性結核症を予防する理由：

- 治療せずに放置した場合、潜在性結核感染症の10人に1人が活動性結核症になります。活動性結核症は他人に感染するだけでなく、死亡する場合もあります。
- 免疫力が低下している場合や、糖尿病・がん・HIVの場合は、より活動性結核症になる可能性が高まります。結核菌に抵抗するのが、より困難になっているためです。
- 活動性結核症が発症してしまった場合の多くでは、潜在性結核感染症の治療薬が服用されていません。早期から治療薬を服用することによって、将来の健康状態を保つことができます。

9. 潜在性結核感染症のために処方された薬をすべて飲み切るのが重要な理由

- 潜在性結核感染症では、体内に結核菌がありますが、具合は悪くありません。免疫力が低下すると、結核菌が目覚め、具合が悪くなります。処方された薬をすべて飲み切れれば、これを阻止することができます。
- 体内から結核菌を除去するには、潜在性結核感染症の治療薬をすべて飲み切る必要があります。
- 潜在性結核感染症の治療は、活動性結核症になるのを防止できます。つまり、他の人たちに感染させないということです。
- 処方された薬を飲み切らなかった場合、結核菌がより強力になり、撃退するのがより困難になります。これは薬剤耐性と呼ばれ、治療するのがより難しくなります。



予定どおりに服用してください。処方された薬を予定よりも早く止めないでください！

10. 潜在性結核感染症のための薬を飲んでいる間に食べるべき食べ物：

潜在性結核感染症の治療薬を服用している間は健康的な食事を取ってください。良い食習慣は、身体の回復を早め、薬の効果を高めます。

● タンパク質豊富な食品：

- 卵
- 豆類やレンズ豆
- ナッツや種
- 赤身の肉（七面鳥や、魚、鶏肉）

● 栄養豊富な食品：

- ベリー類
- 柑橘類
- 濃い緑色の葉物野菜

● 高カロリーな食品：

- アボカド
- チーズ
- 全乳やヨーグルト
- ドライフルーツ
- ダークチョコレート
- グラノーラバー



水やコナツツウォーターの摂取を増やしてください

アメリカ疾病予防管理センター（CDC）は、潜在性結核感染症の治療薬を服用している間は、ワインや、ビール、酒類などのアルコールを避けるように推奨しています。治療中に避けるべき他の物質や活動については、医療提供者に相談してください。



11. 自己管理：運動、呼吸、およびセルフケア

ここでは、潜在性結核感染症の治療薬を服用している間のセルフケアのコツをいくつかご紹介します：

服用のスケジュール：

医療提供者または看護師の指示に慎重に従ってください。治療薬は処方されたとおり正確に正しい投与量と投与タイミングを守ってください。

食事と一緒に薬を飲む：

胃の不快感を感じたら、医療提供者に相談してください。食事と一緒に薬を飲むように指示される場合があります。

リマインダーを設定する：

アラームや、ピルケース、メモなどを使って、忘れずに薬を飲みましょう。

薬のリストを作る：

どんな薬を、どんな目的で飲んでいるかを把握しましょう。

副作用：

副作用を感じたり、治療に不安が生じたりした場合は、医療提供者や看護師に相談してください。

手を洗う：

石けんと水で手を洗いましょう。特に、咳やくしゃみの後、トイレの後には忘れずに手を洗ってください。

十分に休息を取る：

睡眠をしっかりすることで、身体の回復と免疫力の維持につながります。

ストレスを管理する：

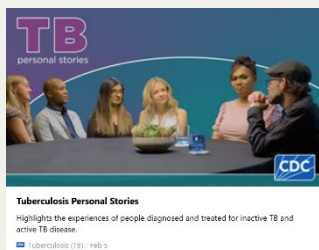
深呼吸や、瞑想、ヨガなどのリラックス法を取り入れましょう。

予約を守る：

必ず予定どおり来院してください。医師にその時々状態を把握してもらい、最善の状態を維持できるようにしましょう。

12. 結核患者の体験談

アメリカにおいて、結核は、いまだに大きな健康問題です。出身地に関わらず、誰でもかかる可能性があります。この体験談では、潜在性結核感染症や活動性結核にかかるるとどんな風になるのか、医療関係者がどのように感染拡大を防ごうとするのかがわかります。



<https://www.cdc.gov/tb/stories/index.html>



ここをスキャンして結核患者の体験談を表示

13. We are TB : 結核サバイバーと支援者

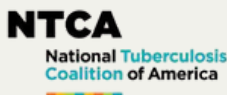
We Are TBは、結核体験者が主体となって運営している全国的な支援ネットワークです。その使命は、結核の影響を受けた人を励まし、教育し、つながりを築くこと、同時に、医院や医療提供者と連携し、すべての人のケア、サポート、そして治療成果を向上させることです。患者の体験談を共有することで、結核への理解を深め、孤独感を和らげ、患者と医師を支援しています。



<https://www.wearetb.com>



ここをスキャンしてWe are TBのウェブページを表示



NTCAの使命

「アメリカにおいて、州や、地域、自治体のプログラムを連携させて結核を減らすことで、公衆衛生を守ること」

<https://www.tbcontrollers.org>



ここをスキャンしてNTCAのウェブページを表示


よくある質問

1. 活動性結核ワクチンはある？

- BCG(カルメット・ゲラン桿菌)は、活動性結核ワクチンであり、アメリカ国外で、多くの人が接種を受けています。
- このワクチンは以下の理由にからアメリカでは一般的に使用されていません：
 - アメリカでは結核菌による感染リスクが低い
 - 成人の肺結核に対するワクチンの効果が一定ではない 過去にBCGワクチンを接種していたとしても潜在性および活動性の結核になる可能性がある
 - ワクチンによって皮膚反応検査が陽性になることがある(実際に感染していなくても)。
- BCGワクチンを接種したことがある場合は、医療提供者や看護師に伝えてください。

2. BCGワクチンは完全に活動性結核を予防する？

- BCGワクチンは、肺に発症する活動性結核(アメリカで最も一般的なタイプ)を完全に防ぐことはできません。



BCGワクチンは、結核から守ってくれる注射ですが、すべての人に同じように効くわけではありません。

よく効く場合もあれば、ほとんど効かない場合もあります。つまり、BCGワクチンを接種しても、後で結核にかかる可能性があるということです。



Tuberculosis Vaccine

Bacille Calmette-Guérin (BCG) is a vaccine for TB disease. It is not generally used in the U.S.

Tuberculosis (TB) / Feb 5

<https://www.cdc.gov/tb/vaccines/index.html>

3. 潜在性結核感染症になっていた場合、隔離される必要はある？

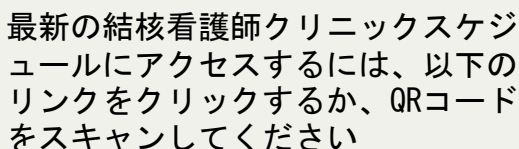
いいえ。潜在性結核感染症の場合は、他人との接触を避ける必要はありません。潜在性結核感染症に感染力はなく、結核菌が広まることはありません。学校や、仕事、旅行などに通常どおり行くことができます。他人に結核菌を感染させる可能性があるのは、活動性結核感染症だけです。

あなたの公衆衛生看護師：

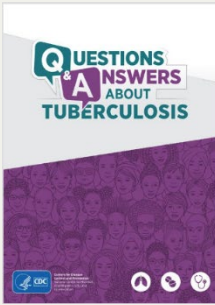
あなたの結核クリニック：

結核クリニックの電話番号：

結核看護師クリニックスケジュール.pdf



<http://ph.lacounty.gov/tb/docs/nurseclinic.pdf>



Questions and Answers About Tuberculosis Booklet

Questions and Answers About TB has information on inactive TB and TB disease.

[cdc.gov](https://www.cdc.gov)



Treating Tuberculosis

Both inactive tuberculosis (TB) and active TB disease can be treated.

[CDC Tuberculosis \(TB\) / Apr 17](#)

<https://www.cdc.gov/tb/communication-resources/tb-questions-and-answers-booklet.html>



COUNTY OF LOS ANGELES

Public Health