

# レジオネラ症の予防について

レジオネラ症は、レジオネラ属菌が原因で起こる感染症です。

**乳幼児や高齢者、糖尿病、悪性腫瘍等により抵抗力が低下している人は発病のおそれが高い**といわれています。また、健康な人でも徹夜続きや長時間労働など疲労がたまり抵抗力が低下している場合は、発病のリスクが高まると言われていますので注意が必要です。

## レジオネラ属菌とは

レジオネラ属菌は、川や湖、土壌中など自然界に広く存在する細菌です。

一般に、環境中に常在するレジオネラ属菌がヒトに悪さをするわけではなく、人工的な水循環設備（循環式浴槽、冷却塔、給湯設備等）の中に侵入、増殖し、それらの施設から発生する**レジオネラ属菌を含む目に見えないほど細かい水滴（エアロゾル）を吸い込むことで感染**します。

家庭では風呂（24時間循環式やジェットバス等）や加湿器などでエアロゾルが発生するため、適切な衛生管理が重要です。

**ヒトからヒトに直接感染することはありません。**

## 症状と潜伏期間・治療

レジオネラ症には、**急激に重症になって死亡する場合もあるレジオネラ肺炎**と、一過性の**ポンティアック熱**の2つの型があります。

### ●レジオネラ肺炎（潜伏期間：2～10日間）

症状：全身倦怠感、頭痛、筋肉痛などの症状に始まり、乾いた咳、痰、高熱、悪寒、下痢、意識障害などの症状がみられます。

有効な抗菌薬を使用することで治療できます。治療が遅れると、重症化し、死亡する場合もあるので、早めに受診し、症状やその経過等を医師に詳しく伝えましょう。

### ●ポンティアック熱（潜伏期間：1～2日間）

症状：発熱を主症状とし、全身倦怠感、悪寒、頭痛、筋肉痛などを伴うが、肺炎症状はみられません。予後良好で、2～5日で自然治癒する。

## 予防方法

レジオネラ属菌は自然界に広く存在しており、完全に取り除くことは困難です。

レジオネラ症の予防には、感染源である、レジオネラ属菌を増殖させないことが重要です！

### ●家庭のお風呂

毎日お湯を入れ換えている場合は問題ありません。お湯を循環ろ過して長時間使用する24時間風呂の場合は、レジオネラ属菌が増殖する可能性があるため、お風呂の湯は、適宜取り換え、浴槽等の清掃を行うなどして衛生管理に留意しましょう。また、身体を洗ってから浴槽に入りましょう。

### ●加湿器

加湿器の水は、水道水等の衛生的な水を使用し、こまめに取り換えましょう。また、タンク等を定期的に清掃し、長期間使用しない場合は、水を抜いて乾かしましょう。