

これからの自分のために
予防していますか

大人 の 肺炎

監修：岩田 敏 先生

東京医科大学微生物学分野 客員教授

熊本大学 特任教授

予防接種推進専門協議会 委員長

肺炎ってどんな病気？

肺炎は、発熱、咳、たんなど、風邪とよく似た症状があらわれます。

しかし、高齢者の肺炎では、これらの症状があまりみられず、肺炎と気づかないうちに重症化する危険性があります。



日本呼吸器学会. 市民のみなさまへ. A. 感染性呼吸器疾患. 市中で起こる肺炎. より改変
<https://www.jrs.or.jp/citizen/disease/a/a-04.html> (2025年6月10日アクセス)

高齢者が肺炎で入院すると…

- 入院により足腰の筋肉が衰える¹⁾
 - 入院により認知症になる可能性がある²⁾
 - 心筋梗塞のような心臓の病気や脳卒中にかかりやすくなる³⁾
- ことが報告されています。



足腰の衰え



認知症



心臓の病気



脳卒中

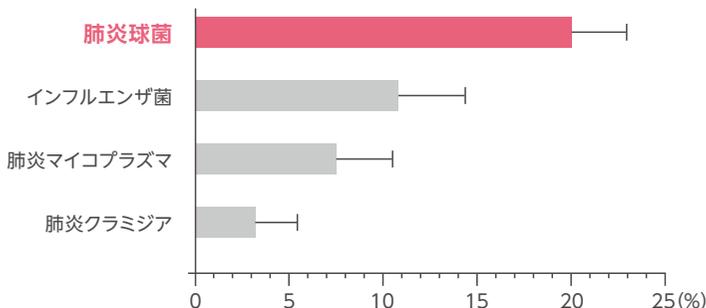
1) Martin-Salvador A, et al. Arch Bronconeumol. 2015; 51(10): 496-501.

2) Shah FA, et al. Am J Respir Crit Care Med. 2013; 188(5): 586-592.

3) Corrales-Medina VF, et al. JAMA. 2015; 313(3): 264-274.

日常でかかる肺炎※の原因となる細菌の第1位は肺炎球菌です¹⁾。

国内の市中肺炎症例で検出された病原微生物(上位4位抜粋)



肺炎球菌による感染症を肺炎球菌感染症と言います。肺炎球菌感染症には、肺炎の他に、中耳炎、副鼻腔炎などがあります²⁾。肺炎球菌感染症のうち、髄液や血液など本来無菌である部位から肺炎球菌が検出された感染症を侵襲性肺炎球菌感染症と言います²⁾。

※市中肺炎のことを指します。

1) Fujikura Y, et al. *BMJ Open Respir Res.* 2023;10(1):e001800. (一部改変)

2) 小児・成人の侵襲性肺炎球菌感染症の疫学情報 <https://ipd-information.com/> (2025年6月10日アクセス)

侵襲性肺炎球菌感染症になると?

侵襲性肺炎球菌感染症患者さんのうち

入院後
死亡が確認された患者では

22.1%が
死亡

8.7%に
後遺症が残った

54.3%が
入院から
2日以内に死亡
と報告されました。

厚生労働科学研究費補助金 新型インフルエンザ等新興・再興感染症研究事業
「重症型のレンサ球菌・肺炎球菌感染症に対するサーベイランスの構築と病因解析、その診断・治療に関する研究」より作成
https://strep.umin.jp/pneumococcus/case_study.html (2025年6月10日アクセス)

肺炎にかかりやすい人は？

肺炎は抵抗力や免疫力の低下などが要因となり、基礎疾患の有無や加齢によってかかりやすくなります。また、基礎疾患があると肺炎のリスクが高くなります。

基礎疾患の治療やコントロールと共に、肺炎球菌による肺炎を予防しましょう。



肺炎で亡くなった方のうち
65歳以上が占める割合

厚生労働省. 人口動態調査 (確定数) 2023年. より作図

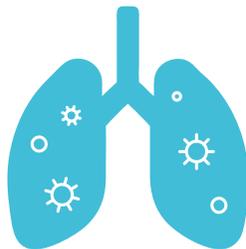
基礎疾患がある方は 肺炎の罹患リスクが高くなります。

健康な方と比べて、肺炎にかかるリスクはがんで1.7倍、糖尿病は1.9倍、慢性肝疾患で2.1倍、慢性心疾患・慢性腎疾患で2.6倍、慢性肺疾患で5.2倍でした。

慢性腎疾患

慢性肝疾患

糖尿病



慢性肺疾患

慢性心疾患

がん

Imai K, et al. *BMJ Open*. 2018; 8(3): e018553. より作図

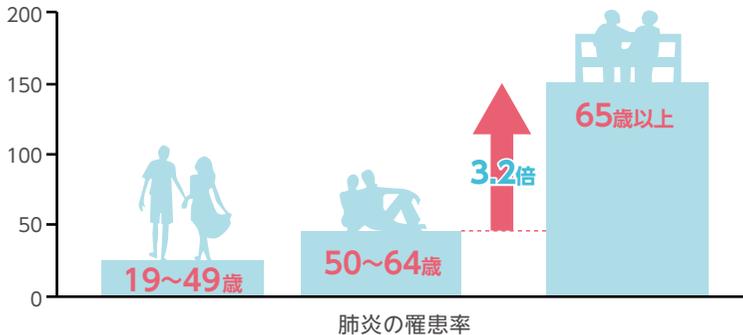
【利益相反】本研究はMSDからの資金提供により実施され、著者には同社の社員が含まれている。

罹患率

年齢は肺炎の重大なリスクの一つです。
加齢に伴い肺炎の罹患率も上昇します。

肺炎の罹患率は65歳以上で最も多かったという報告があります。

(10万人・年あたりの罹患率)



肺炎の罹患率

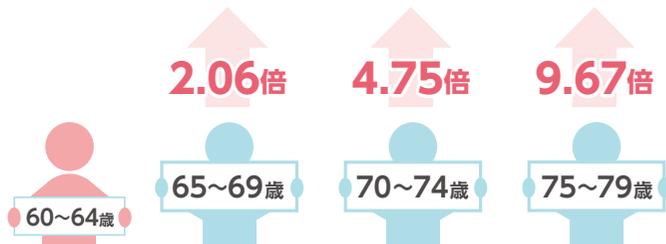
Imai K, et al. *BMJ Open*. 2018; 8(3): e018553. より作図

【利益相反】本研究はMSDからの資金提供により実施され、著者には同社の社員が含まれている。

死亡率

加齢に伴い肺炎による死亡率も上昇します。

人口10万人あたりの肺炎による死亡率は、
60~64歳に比べて、65~69歳では2.06倍、
70~74歳では4.75倍、75~79歳では9.67倍でした。



人口10万人あたりの
肺炎による年齢層別死者数

9.9人

20.4人

47人

95.7人

厚生労働省. 人口動態調査(確定数)2023年. より作成

肺炎予防のためにできることは？

肺炎予防のためにできることは、

- ①**毎日の感染予防と**
- ②**肺炎球菌ワクチンの予防接種です。**

健康に日々を過ごすために、肺炎予防を心がけましょう

① 毎日の感染予防

日々できる感染予防として、うがい、手洗い、マスクの着用をしっかりと行いましょう。歯磨きなどをおろそかにせず、口腔内を清潔にしておくことは、肺炎を防ぐうえで大切なことなのです。



● からだの免疫力を高める

食事や睡眠などをきちんととる規則正しい生活は、免疫力を高めるために必要です。また、基礎疾患やたばこがきっかけになって免疫力が低下することがあります。基礎疾患をしっかりと治療すること、禁煙することも考えましょう。



鷲尾 昌一ほか、日本公衛誌。2023; 70(6): 351-358.

日本呼吸器学会。市民のみなさまへ。A. 感染性呼吸器疾患。市中で起こる肺炎。より改変
<https://www.jrs.or.jp/citizen/disease/a/a-04.html> (2025年6月10日アクセス)

② 肺炎球菌ワクチンの予防接種

肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぎます。

※肺炎球菌感染症の予防接種は、すべての肺炎を防ぐものではありません。

※肺炎球菌以外の細菌による感染症は、肺炎球菌ワクチンでは予防することはできません。

● 以下の方は、公費助成を用いてワクチン接種が可能な場合があります

定期接種対象者

以下2つを満たす方が、定期接種の対象者です

- これまで定期接種の対象となる
成人肺炎球菌ワクチンを接種していない方
- 65歳の方*

*60~64歳で対象となる方：心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活が極度に制限される方、ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方

定期接種で接種可能な期間¹⁾

65歳の誕生日前日～66歳の誕生日前日

● 任意接種も可能です

上記、肺炎球菌感染症の定期接種対象外の方も、**接種が必要と判断される場合には任意接種が可能**です。かかりつけ医やお近くの医療機関にお問い合わせください。

1) 厚生労働省. 第33回新型コロナウイルスワクチンの接種体制確保に係る自治体向け説明会, 資料2 (令和6年2月7日)
<https://www.mhlw.go.jp/content/10906000/001205639.pdf> (2025年6月10日アクセス)

あなたは肺炎にかかりやすい？

肺炎の罹患リスク

- 65歳以上である
- 喫煙者である
- 喘息やCOPD(慢性閉塞性肺疾患)など呼吸器に持病がある
- 心不全や狭心症など心臓に持病がある
- 肝臓や腎臓に持病がある
- 糖尿病である
- そのほか、治療や持病で免疫力が弱くなっている

どれかひとつでも当てはまる場合は、肺炎に罹患するリスクが考えられます。

また、上記以外にも肺炎にかかりやすい場合があります。

くわしくは、医師に相談しましょう。

肺炎予防.jp

成人の肺炎予防に関するウェブサイト

<https://www.haien-yobou.jp/>

