



感染症の区分け

新型コロナウイルス感染症の位置づけは、これまで「いわゆる2類相当の感染症」とされてきましたが、令和5年5月8日から「5類感染症」になりました。ここで言われている感染症の区分けとはいったいどのようなものなのでしょうか。

感染症法:感染症の予防と蔓延を防止し、患者への医療を行い、公衆衛生の向上と増進を図ることを目的とした制度。感染症について感染力や感染した場合の重篤性などを総合的に勘案し1～5類等に分類し、感染拡大を防止するために行政が講ずることができる対策を定めており数字が小さくなるほど感染症としての危険度は高くなります。

主な感染症の分類は以下の通り。

	感染症	
1類	エボラ出血熱、痘そう(天然痘)、ペスト、クリミア・コンゴ出血熱 など	極めて危険性の高い感染症
2類	ポリオ、SARS、結核、MERS、鳥インフルエンザ など	危険性の高い感染症
3類	腸管出血性大腸菌感染症、コレラ、細菌性赤痢、腸チフス など	集団発生の可能性
4類	E型肝炎、A型肝炎、黄熱、狂犬病、マラリア、デング熱 など 	動物(またはその死体)衣類、寝具、その他を介して健康へ影響。
5類	インフルエンザ(鳥インフルエンザ、新型インフルエンザ)、梅毒、麻疹、風疹、 新型コロナウイルス感染症 など 	ヒト⇒ヒトへ感染あり。

1類：日本にはない重篤な感染症 2類：日本にある重篤な感染症
3類：下痢・嘔吐を起こす感染症 4類：動物・植物などから起こる感染症

大根と豚肉の甘辛煮

材料2人分

大根 150g 豚バラ肉 140g こんにゃく 110g
しょうが 5g (1片) ごま油 5g (小さじ2)
★砂糖 12g (大さじ1+1/3) ★醤油 18g (大さじ1)
★みりん 12g (小さじ2) ★酒 12g (大さじ1)

作り方

1. 大根は1cm幅のいちょう切りにし、30分程水にさらし水からあげておく。豚バラ肉は5cm幅に切る。こんにゃくはスプーンで一口大にちぎり、熱湯で5分茹で、水切りした後に乾煎りしておく。しょうがは細切りにしておく。
2. フライパンにごま油を熱し、しょうがを入れたら香りが出るまで炒める。
3. 大根を入れて更に炒め、調味料★、こんにゃくを入れ、落とし蓋をして中火で煮込む。器に盛り付ける。

ポイント

- ◎ごま油やしょうがを加えることで風味豊かな味になり、減塩に繋がります。
- ◎こんにゃくはカリウムやリンが少ない食材で、ボリュームアップに最適な食材です。大根は水にしっかりさらすことで、カリウムを減らすことができます。

栄養価

エネルギー:360Kcal たんぱく質:11.0g カリウム:371mg
リン: 1181mg 塩分: 1.0g



病態栄養科

日頃の『シャント管理』どうされていますか？



透析を受けている患者さんにとって非常に身近な「シャント」ですが、「どのくらい持つものなのか」「どんな自己管理をしているのか」など、他の患者さんのシャントの状態が気になることもあるかと思います。透析患者さんにとっては命綱とも言えるシャントは、一度作製したら生涯使用できるとは限りません。少しでも長持ちさせるため、感染症や閉塞などの様々なトラブルから守るなどの管理や観察が必要です。シャントは上手く使えば10年以上持ちますが、出血・感染・狭窄・閉塞などの合併症を起こすことがあります。

＜出血＞

針を刺すと皮膚や血管に穴が開きますが、その穴を血小板や凝固因子という血液を固める成分が塞いでくれます。しっかりと止血をすること、かさぶたがある周辺は次の透析で使用しないことが重要です。

＜感染＞

針を刺したところが赤くなり、痛みや膿を持つ状態です。布団や机の上、洋服には菌がいます。皮膚はバリアの一つですが、透析の時に針を刺すとバリアに穴が開きます。汚れた指で針穴に触れることで体内に菌が入ります。同じ場所に穿刺をすることで起こります。

＜狭窄・閉塞＞

シャントは動脈と静脈を繋ぐので、血圧差により静脈の内側の壁が傷み、その箇所は身体が治し続けるため、結果狭くなります。放置していると血液が流れなくなり、血栓(血液の塊)ができます。狭窄であれば皮膚を切らずに針穴だけで血管内治療(PTA)ができますが、閉塞した場合は皮膚を切る手術が必要になることもあります。

- 合併症とその原因、それらを回避するにはどうしたらいいかを「知る」
- 腕が腫れていないか、血管にコブ・へこみ・赤みは無いかを「見る」
- シャントはザーザーやゴゴゴと連続的に聴こえるが、ヒューヒュー・ゴッゴッなど普段と違う音を「聴く」ことができた場合は、医師やスタッフに申し出てください。
- 指や手のひらでシャントを「触る」ことで連続性の血流がザワザワした感じであるか確認しましょう。狭窄があるとドキドキとした拍動のみになります。「知る」「見る」「聴く」「触る」といった自己の管理がとても大切になります。

看護師 鈴木夕結