



退院後の感染症予防
どうしたらいいんだろう??

いつまで、何に気を付けたらいいの?



！基本はいつでも一緒です！

感染症予防の基本は、移植直後であっても、5年が過ぎても変わりません。
ご本人も、ご家族も同様です。
また、悪化させないためには、早期発見・早期治療が重要です。

うがい

手洗い

マスク

どんな時
でも！！

発熱等の体調不良時は、病院へ連絡する！



＊ 日常生活の中でどのような工夫が必要なのかをお伝えしていきます ＊

家での過ごし方

▶ 家族が、水痘(みずぼうそう)・麻疹(はしか)・風疹(ふうしん)・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)・带状疱疹(たいじょうほうしん)・インフルエンザなどの感染性の高い感染症にかかってしまった場合は、患者さん自身にも移ってしまう(感染する)リスクがあります。

周囲の人に咳や痰などの呼吸器症状がみられる場合は、なるべく近寄らず、室内であってもお互いにマスクを着用しましょう。

家族も、体調管理に留意しましょう。
外出後に手洗い・含嗽を行い、室内に病原体を入れない配慮を！

速やかに主治医に連絡しましょう。

小さいお子さんやご年配の方と同居される場合も、さまざまな工夫ができます。外来で相談しましょう。

家の中の環境

- ▶ 感染予防の大事なポイントで、ほこりやカビを継続的に除去する必要があります。ただ、すべてを除去することは困難です。ご家庭に合わせた継続可能なお掃除方法を模索していきます。

患者さんご自身が掃除をする場合は、必ずマスクや手袋を着用しましょう。終わったら、うがい・手洗いを忘れずに行います。

エアコン、加湿器を使用している場合は、取扱説明書をよく読み、掃除の頻度やフィルターの交換頻度について確認しましょう。

土や植物に触れる場合は、マスクと手袋を着用しましょう。
土ぼこりが舞うような行動はおすすめしません（鉢を変える等）。
水やりは地面に近づけて静かに行いましょう

ペットに触った後は手を洗う、一緒には寝ない等の工夫が必要です。
ペットの種類にもよりますので、主治医やLTFU外来で確認しましょう。

多くの病原体は、埃や水回りを好んで繁殖します。定期的にカーテンを洗濯したり、水回りの掃除の最後に、乾拭きをして水気が残らないようにする等は効果的です。

外出時の工夫

- ▶ 花粉や土埃などの粉塵の中には真菌(カビ)が含まれていることが多く、吸い込むことで感染症を引き起こす可能性があります。

外出時にマスクを装着し、帰宅後すぐに手洗い・含嗽をしましょう。
トイレなどの際にうがいをすることも効果的です。

点眼などで粉じんを洗い流し、粘膜を清潔に保つ方法もあります。

「埃っぽいところ」への外出は控えましょう。

旅行の際には、主治医に許可を得てから行動しましょう。
旅行先の感染症流行情報は、国立感染症研究所感染症情報センターの
ホームページなどにより得ることができます。

お仕事などで出張することもあると思います。生活スタイルに合わせて工夫していきます。外来で相談しましょう。

緊急時の受診方法

- ▶ 移植後の年数が経過するにつれて、感染症の頻度は減少します。
しかし、免疫の回復にはまだまだわからないことも多く、時に重症になることもあります。
そのため、移植後の経過年数に関わらず、体調不良時には早めの受診をお勧めします。

発熱や咳などを認めた際には、速やかに医療機関を受診することをお勧めします。

速やかな受診が困難な場合は、医療機関に連絡をして、緊急性についての確認を行うなど、早めの行動が大切です。

施設によって連絡をする場所などが異なります。自施設での受診方法を事前に確認しましょう。

緊急時に慌てないように、ご家族と情報を共有し、症状が出現した際の行動を確認しておきましょう。

感染症の重症化を防ぐためには、躊躇せずに医療機関へ連絡することも大切です。



退院後の感染症予防 どうしたらいいんだろう??

- ★病気の状態や治療方法などにより異なります
- ★治療後の適切な生活スタイルも100人100様です

* 基本はいつでも一緒です *

- うがい
- 手洗い
- マスク
- 発熱等の体調不良時は、病院へ連絡する！

* 日常生活の中で、いろいろなところを触れてしまうのは仕方ありません。
その触った手で、ご自身の目や鼻、口などに触れない。自分に入れないことを意識しましょう。

日常生活スタイルに合わせた様々な工夫の方法については、
移植後長期フォローアップ外来でご相談ください！

継続できる方法を一緒に考えていきましょう！！

