



中部メディカル 訪問看護ステーション

中部メディカル新聞 第 100 号

令和 3 年 9 月

利用者さま、ご家族さまへ情報をお届けします



ブレイクスルー感染とは？

「ブレイクスルー感染 (Breakthrough infection)」、または「**打ち抜き感染** (ぶちぬきかんせん)」とは、ワクチンを接種した患者が、そのワクチンが予防する筈のものと同一感染症に罹ってしまう事を指します。新型コロナワクチンの場合では、2 回目の接種を受けてから 2 週間くらいで十分な免疫の獲得が期待されますので、それ以降に感染した場合にブレイクスルー感染と呼んでいます。

一度罹ると「**二度罹り**」しない感染症もあれば、何度も繰り返し罹る感染症もあります。前者には**麻疹**や**水痘** (水ぼうそう) などがあり、後者には**インフルエンザ**や**ロタウイルス胃腸炎**などがあります。

麻疹や水痘では鼻や喉の粘膜からウイルスが侵入した後、扁桃や近くのリンパ節でウイルスが増え、ついで血液の流れに乗って全身にウイルスが拡がって、血液中の抗体がそこに入ってきたウイルスをブロックしてくれるので、発病しなくて済みます。一方、インフルエンザの場合、鼻や喉の粘膜に侵入したウイルスは、そこですぐに増殖を始め呼吸器粘膜を傷害して、数日で発病 (発症) します。でも抗体は肺の中に滲み出てきて肺炎を起こさないようにブロックすることで、重症化を防ぎます。このように、一般に呼吸器感染症を防ぐワクチンの効果は、「**重症化阻止効果**>**発病阻止効果**>**感染阻止効果**」という序列があります。

イスラエルではデルタ株にほぼ置き換わってしまい、その結果、発病や感染を防ぐ効果が 64% まで下がってしまいました (一方、入院を防ぐ効果は **93%** と高いレベルを維持しています) 流行が拡大すれば、次々に変異が起こり続けるイスラエルにおけるワクチンの有効性 (発病や感染そのものを防ぐ効果) の低下は、デルタ株に置き換わってしまったことに加え、2 回の接種が終了してから半年前後経ってしまったことも影響していると思います。そこでイスラエルを含む幾つかの国々では、ブレイクスルー感染が増えて来たことを受けて 3 回目の接種を始めています。ワクチン接種を 2 回済ませた人のブレイクスルー感染はデルタ株に置き換わった後で増えて来ましたが、ワクチンによって重症化を防ぐ効果は高いレベルで維持されています。米国 CDC のデータに基づき「ワクチン接種を済ませた人が、新型コロナウィルスのブレイクスルー感染のために亡くなる恐れは **0.001% 未満**」と報告されています。

マスクを着用したり、3 密の場所に入ったりしないなど、これまで通りの感染対策を続けていきましょう。今回で「中部メディカル新聞」も 100 号となりました。こちらも引き続き頑張っていきたいと思いますので、スタッフ一同宜しくお願い致します。

(厚生労働省新型コロナワクチン Q&A ホームページより抜粋引用)
<https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/column/0006.html>

(理学療法士・熊澤)



中部メディカル新聞は皆さまの情報をお待ちしております

中部メディカル新聞 第 100 号 (2021 年 9 月) 発行日/2021 年 8 月 31 日 編集・発行/中部メディカル 訪問看護ステーション



看護師 Quiz みちくさ



皆さんにとって、今回の東京オリンピック・パラリンピックはいかがでしたか？今回は東京オリンピック 2020 大会に関するクイズです。

第一問

東京オリンピックで、アメリカに 2 対 0 で勝ち、13 年前の北京大会以来となる金メダルを獲得した競技は何でしょう？

① サッカー ② ラグビー ③ ソフトボール



第二問

東京オリンピックで日本が獲得した金銀銅総獲得メダル数は一体何個でしょう？

① 58 個 ② 41 個 ③ 113 個

第三問

きょうだい、姉妹で金メダルを獲得した競技は何でしょう。(複数回答可能)

① 柔道 ② 水泳 ③ レスリング

(山中・看護師)



中部メディカル 訪問看護ステーションの理念

- **こころを大切に** (ご本人とご家族のこころを大切にします)
- **連携を大切に** (地域のケアチームと親密で良好な関係を築いていきます)
- **スピードを大切に** (出来る限り早く対応して信頼されるステーションを目指します)



中部メディカル 訪問看護ステーション

〒463-0048
名古屋市中区小幡南三丁目 17-31
カーサ・ルーチェ B-3
TEL 052-792-9802
FAX 052-792-9803
NO.2361390186





中部メディカルのスタッフ便り



防災の日

皆さんは9月1日が何の日か知っていますか？答えは「**防災の日**」です。防災の日は**1923年9月1日(土)**に発生した**関東大震災**にちなんだもので、関東大震災の教訓を忘れない、という意味と、この時期に多い台風への心構えという意味をこめて、**1960年**に制定されました。我が家でも毎年9月に防災グッズの見直しを行っています。普段何気なく生活していると、防災グッズの見直しを忘れがちになってしまいますが、見直す月を決めておくと忘れずに出来ます。今回は賞味期限の近い非常食を確認し買い足しておきました。またこのコロナ禍ですので、感染対策に必要なマスクや消毒も加えて用意しました。

近年いつどんな災害が起こるか分かりません。8月も局所的な豪雨により多くの方が避難されて大変な思いをされました。皆さんも是非この機会に、避難ルートや場所の確認と共に、ご家庭の防災用品を見直してみてくださいね。



(中村・看護師)



スタッフのほっと一息



今回は千種区にある「**ビスキュイテリエ グルマンディーズ**」さんを紹介させていただきます。実はこのお店、中部メディカル新聞4号でご紹介したことがあるのですが、ここの**エクレア**がとっても美味しくて大好きなので再登場です♪生地はサクサク、チョコレートも甘すぎずカスタードとの相性が絶妙です♪

お皿をはみ出る長さも魅力的で、満足感もバッチリです♪もちろん他のケーキもどれもおすすめです！

毎年子供達の誕生日ケーキはこのお店で注文するぐらいの家族全員お気に入りです♪体重減量に成功、現在も維持しておりますが楽しきも無い！と思っています(笑)



(三宅・管理者看護師)



* 質の高い睡眠のために！ *



高齢者の生活改善方法：年齢を重ねると若い頃のように眠れなくなってしまう人が多いです。眠れないことで生活のリズムが崩れ、色々な問題が起こります。夜間目が覚める、朝早くから目が覚めるという人が多くいます。

<高齢者の不眠な原因>

1. 加齢に伴う身体リズムの変化

加齢に伴い、生理機能が徐々に低下し、必要とする睡眠時間が短くなると言われます。睡眠自体浅くなり、昼寝も増える傾向にあります。

2. トイレが近い

加齢に伴い、トイレが近くなるため、夜中に目が覚めることが多くなります。

3. 足腰の痛み

足腰が弱い痛みが出やすくなります。また、外出が減り、運動が少なくなり不眠になる傾向があります。

4. 薬の服用による不眠

薬を服用することが多くなった場合、睡眠を妨げる成分が含まれているために不眠が引き起こす場合があります。医師に相談する。

<昼・夜間のメリハリをつけましょう>

1. 昼間、日光を浴び、日中の活動量を増やす

日中は外に出て太陽の光を浴び、日中の活動量を増やすことで昼と夜のメリハリがつきます。また、昼寝は午後3時までに30分が適切です。あまり長い時間は夜の睡眠に影響します。

2. 眠気がないのに早い時刻から床に入るのはやめる

夕食後はすぐに床に就かずご家族との団楽の時間や趣味の時間を過ごすにして、遅めに就寝しましょう。早く寝るとそれだけで早く目が覚めてしまいます。床の中にいて眠れない場合は一度床から出ましょう。

(大西・看護師)



私の18のビリーフ7 運転



私たちは毎日車を運転して訪問していますので、自分自身と地域の方々の安全を守るため、法令法規を厳守して、安全運転に気をつけています。

毎年1回、守山警察署から安全運転管理者講習を受講しスタッフへ伝達講習をしています。

これからも安全運転と良い運転マナーを心がけて事故のないようにしてしていきたいと思っています。

(熊澤真・専務)

