

敗血症後症候群

敗血症後症候群 (Post Sepsis Syndrome:PSS) とは、敗血症から回復した人の一部にみられるさまざまな症状の総称です。
すべての人に起こるわけではありませんが、PSSになった場合でも、回復を助けるための支援や治療を受けることができます。

敗血症後症候群とは？

病院を退院した後も、身体的または感情面の症状が続くことがあります。これを敗血症後症候群 (PSS) といいます。PSSは心身の両方に影響を及ぼすことがあり、症状は最長18か月続く場合があります。ただし、それより早く回復する人もいます。

敗血症は、体と心に大きな負担をかける重い病気です。PSSは、敗血症による損傷から体がまだ回復の途中であるために起こります。

PSSになりやすい人は？

敗血症後症候群は、敗血症から回復した人の最大半数にみられます。誰にでも起こる可能性があります。次のような方の場合はリスクが高くなります。

- 65歳以上
- 敗血症による健康上の影響が残っている
- もともと慢性疾患がある
- 集中治療室 (ICU) で治療を受けた
- 比較的長期間 (7日以上) 入院した

症状

PSSの症状は人によって異なります。敗血症の後に、体や心の変化を感じる人もいます。多くの症状は軽度で対処可能ですが、日常生活や仕事への復帰に支障をきたすことがあります。

次のような症状がある場合は、PSSの可能性があります。



身体の変化: 息切れ、飲み込みにくい、強い疲労感、筋力低下、関節痛、脱毛、発疹、視力の変化



思考への影響: 混乱する、集中しにくい、物事を覚えにくい、恐ろしい考えが浮かぶ、フラッシュバック、パニック発作、実際にはないものが見えたり聞こえたりする



感情面への影響: 気分の落ち込みや悲しみ、気分の浮き沈み、自信の喪失、いらだち、些細なことで動揺する、以前より不安を感じやすい



睡眠: 眠れない

PSSの方、またはPSSの方を支える方へ



退院後、医師に相談する



処方どおりに薬を服用する



感情面の不調が続く場合は、誰かに相談する



手洗いを行い、傷口を清潔に保って覆うことで、感染症のリスクを減らす



推奨される予防接種を適切に受ける



体調が許す範囲で軽い運動を行う



疲れを感じたら休息を取る。活動は、調子の良い時間帯（例：午前中）に行うようにする



規則正しい睡眠リズムを整える方法について、医師または薬剤師に相談する



果物や野菜を取り入れた、健康的でバランスの良い食事を心がける

心配なときはどうすればいいですか？

ご自身または大切な人がPSSかもしれないと思ったら、迷わずかかりつけ医（GP）に相談してください。

その際は、この情報シートを持参してください。GPは、必要に応じて他の医療専門職を紹介してくれます。



心配な場合は、もう一度医師を受診しても大丈夫です。

13 HEALTH (13 43 25 84) に電話すると、登録看護師による無料・秘密厳守の相談を24時間受けられます。

詳しい情報



血症に関する詳しい情報やサポートについては、QRコードを読み取ってください。

ご意見・ご感想



このファクトシートに関するご意見・ご感想は、QRコードからお寄せください。