

## 血尿について

医療法人 小金井中央病院  
内科医長 海野 鉄男

### 【はじめに】

血尿とは尿中に赤血球が異常に認められる場合のことであり、大きく分けて肉眼的血尿と顕微鏡的血尿とがあります。

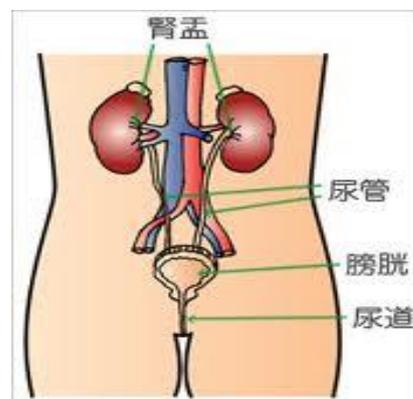
肉眼的血尿は文字通り、目で見て赤色～茶褐色を呈する尿です。この場合、顕微鏡で尿沈渣を確認し、赤血球の増加が認められれば確定となります。およそ、1Lの尿中に1ml以上の血液が混入すると肉眼的血尿になるといわれています。一方、血尿のような色調変化があるのに尿沈渣で赤血球が認められない場合があります、色素尿といわれています。骨格筋のダメージに伴う横紋筋融解症で認められるミオグロビン尿、代謝異常症のポルフィリン症によるブドウ酒様のポルフィリン尿、また、赤色～橙黄色のビリルビン尿などがあります。その他、薬剤によって色素尿がみられることがあり、解熱・鎮痛薬(赤褐色)、ビタミン薬(橙赤色)などが知られています。



目で見て色調が正常であっても、顕微鏡で尿沈渣を確認し、通常400倍の拡大で1視野に赤血球が5個以上認められる場合を顕微鏡的血尿といいます。

### 【原因】

血尿の原因としては、腎臓の糸球体からの出血による腎炎などの腎臓内科の病気、また尿の通り道である腎盂、尿管、膀胱、尿道などに出血を起こす(例えば尿管結石や膀胱癌など)泌尿器科の病気に分けられます。



腎臓の糸球体性出血の場合、糸球体を通過する際に赤血球が破損するため、尿沈渣で不均一な赤血球や赤血球円柱が認められます。また糸球体性血尿の場合は凝固しないことが知られています。こうした場合は腎臓内科の病気が疑われます。一方、非糸球体性血尿の場合は尿沈渣で均一な赤血球が認められ、凝固しやすいことが知られています。この場合は泌尿器科の病気が疑われます。

血尿のため泌尿器科や腎臓内科で様々な検査を行っても、原因がはっきりしないこともあり、これは特発性血尿とよばれています。特発性血尿は治療が不要なことがほとんどです。しかし、例えばどこかに非常に小さな癌があるため血尿がでているけれども、その癌が見つからない、などの可能性もあり、定期的な検査を受ける必要があります。



### 【おわりに】

以上のように、血尿とひとくちにいてもその原因は様々です。血尿を認めた際は放置せず、速やかに医療機関を受診することが最も大切です。



## 感染予防のための手洗いについて

医療法人 小金井中央病院  
南病棟看護師長 中嶋 章子

手洗いは感染を予防するための基本です。手指はいろいろなところに触れるために、細菌やウイルスが最も付着しやすい部位で、手指を介して感染する病気がたくさんあります。

インフルエンザウイルスや麻疹などは、ウイルスを含む飛沫(咳、くしゃみ)で感染します。サルモネラ症や腸管出血性大腸感染症(0-157)やノロウイルスなどでは細菌やウイルスを含む便で感染します。しかし細菌やウイルスが手指に付着しただけでは感染しません。口や鼻に入ってから初めて感染します。**口や鼻に入る前に手指に付着している細菌やウイルスを洗い落としてしまえば感染を防ぐことができます。**

夏はサルモネラ症・腸管出血性大腸感染症(0-157)など、冬はインフルエンザ・ノロウイルスなどが発症しやすいので、手洗いは季節を問わず毎日必要な時に行ないましょう。

### 1 手洗いが必要なとき

調理の前・食事の前・トイレの後・帰宅時・咳やくしゃみの後・傷口に触れたとき・おむつ交換後などです。**軽く洗うだけでは汚れが落ちてきれいに見えても、細菌やウイルスは残っています。**

### 2 手洗う時の注意点

- ①つめは短く切る
- ②指輪や時計は外す
- ③石鹸液をよくあわ立て10~15秒洗う
- ④洗った後に手をしっかり乾かす



### 3 手が洗えない場合

付着した汚れを落とすために、ウェットティッシュを使用した後に、速乾性手指消毒薬を使用します。手指に汚れが付いている状態で速乾性手指消毒薬を使用した場合、十分な消毒効果が得られないこともあるため、汚れを取り除いてから使用することが大切です。

#### 4 手洗い後のスキンケア

頻回の手洗いにより、手荒れが起こることがあります。手荒れを起こした部分には健常な皮膚より微生物が多く存在し、また手荒れの痛みなどから手洗いをしないため感染のリスクが高まります。手荒れに注意しハンドクリームを使用するなどのスキンケアが大切です。

#### 5 手洗いの基本

①まず手指を流水で  
ぬらす



②石鹸液を手に適量取る



③手の平と手の平を擦りよく泡立てる



④手の甲をもう片方の手の平で擦る



⑤両手の指の間を洗う



⑥指先を洗う



⑦親指の周囲を洗う



⑧手首を洗う



⑨流水でよくすすぐ



⑩清潔なハンカチ、タオル  
タオルで拭く

