



保健だより



12月号

尚綱大学・短期大学部 保健室

平成29年 12月1日 発行

平成29年度「世界エイズデー」のキャンペーンテーマ

UPDATE! エイズのイメージを変えよう!!

12月1日は世界エイズデーです。エイズ(AIDS)とは、「後天性免疫不全症候群」という病気です。HIVというウィルスで感染し、免疫力が低下するため、健康ならば問題のない細菌等で重い症状を起こします。また、AIDSは感染しても数年間もの間は症状が現れることがほとんどなく、その間に知らずに他の人に感染させてしまうことがあります。一番良いのは予防することですが、HIVに感染しても早期の治療でAIDSの発症を防げるようになりました。また、治療によってHIV陽性者から人への感染リスクが低下することも確認されています。けれどそうした情報が十分に伝わらず、HIV/AIDSは治療法がない死の病と知っている人もいます。そのことが差別や偏見を招き、またHIV感染を心配する人たちを検査から遠ざけているとも言われます。情報をUPDATE(更新)して、AIDSのイメージを現実に近づけ、正しい行動へと繋げましょう!

HIVの感染経路

●性感染

HIVに感染している人との性行為で感染します。感染経路の多くが性行為です。

●血液感染

HIVに感染している人との注射器の共用などで感染することがあります。麻薬、覚せい剤などの薬物乱用者の間で、注射器の針や筒の共用による感染が広がっています。

●母子感染

HIVに感染している母親から、出産時や母乳を通して赤ちゃんへ感染することがあります。

以下のことで感染しません

- ・握手、手すりや便座の共用
- ・お風呂やプールの共用
- ・飲食物や食器の共用
- ・咳、くしゃみ、涙
- ・蚊やペット

※日常生活では感染しません。不要な恐れや偏見は持たないようにしましょう。

感染予防

最大の感染経路は性行為です。性行為の際にしっかりと考え、配慮することがHIVの感染を防ぐ方法です。以下は、感染予防の例です。

- ①必ずコンドームを正しく使用する。
- ②出血を伴う性行為は避ける。
- ③性器具を共有しない。
- ④性行為をしない。



感染が疑われる場合は、検査を受けましょう

自覚症状がないので、感染の有無は血液検査などで確かめるしかありません。HIV抗体検査は全国の保健所で無料・匿名で受けることが出来ます。事前に検査日程等を確認し、予約をしてから行きましょう。ちなみに、ウエルパルクまもと(熊本市保健所)では、世界エイズデーに合わせて特別に、平成29年12月10日13時~14時に、予約不要の即日検査を実施されます。迷っている方は、この機会に受けられてみてください。検査を受ける時期ですが、基本的には感染の機会から3ヶ月以上経過してから、感染のリスクが高く不安が強い方は、それに加えて、感染の機会から1ヶ月経ったところにも検査をされることをおすすめされています。詳しくは、熊本市保健所のHPをご覧ください。

インフルエンザ注意報~異常行動に要注意~

インフルエンザが本格的に流行り出す季節になりました。手洗いうがい、マスク、予防接種、抵抗力を高める(規則正しい生活習慣)などを行い、予防を徹底しましょう。また、罹ってしまった場合、特に注意すべきことがあります。インフルエンザに罹った人の中で、治療薬服用の有無に関わらず、異常行動が確認されています。異常行動は、無意識に窓から飛び降りるなどの命に関わるものもあります。厚生労働省の通知では、対策として、少なくとも治療開始後2日間は小児・未成年者を一人にしないようにすること、また、突然外に飛び出さないよう、①玄関や窓の施錠を行う、②ベランダに面した部屋で寝ない、③窓に格子のある部屋で寝る、④一戸建ての場合1階で寝る、などの内容が書かれています。インフルエンザに罹った場合は、異常行動をとる危険性があると認識して、十分に注意しましょう。