

～感染症対策について～

後期試験が終わり、春休みになりました。春休みはどう過ごされますか？遠出する人も多いのではないのでしょうか。みなさんご存知だとは思いますが、人が多く集まる場所では、感染症対策が必要です。自分の健康とともに、他人の健康にも思いやりをもって行動したいですね。

<インフルエンザについて>

○全国的に、インフルエンザが流行しています。厚生労働省のインフルエンザ警報・注意報発生システム（インフルエンザ流行レベルマップ）によると、2019年 第05週（1月28日～2月3日）は、全都道府県が警報レベルを超えています。手洗い・マスク着用・咳エチケットなどを行い、感染予防に努めましょう。

<その他の感染症について>

○インフルエンザなど日本で聞き慣れた感染症のほかにも、世界では様々な感染症が流行しています。長期休暇中、海外旅行などに行く場合は、その地域で流行している感染症を調べ、ワクチン接種などの感染症対策を行うことをお勧めします。また、帰国時や帰国後に症状が出た場合は、必ず受診前に医療機関へ電話で相談し指示に従ってください。

○母子手帳で、自分は何の予防接種を受けているかを把握しておきましょう。そして、定期接種にも関わらず受け忘れていたワクチンは、接種することをお勧めします。

○国内の感染者数が少なくても、致死率が高く、重篤な後遺症を残す感染症もあります。また、現在日本で流行していない感染症も、いつ国内で流行するかは分かりません。日頃から感染症情報に関心を持ち、適切な行動を取れるようにしましょう。



侵襲性髄膜炎菌感染症について

たくさんある感染症の中から、
1つピックアップしてご紹介します！

- 髄膜炎菌によって引き起こされる急性の全身感染症であり、敗血症、髄膜炎及び髄膜脳炎等の病態を呈する。伏期間は2～10日（平均4日）で、発症は突発的である。
- 学生寮などで共同生活を行う10代が最もリスクが高いとされているため、特に共同生活をしている例ではアウトブレイクに注意が必要である。
- 侵襲性髄膜炎菌感染症である髄膜炎菌性髄膜炎は、2012年に、学校保健安全法施行規則の「学校において予防すべき感染症」の第二種感染症に追加された。追加された経緯としては、日本での発生報告はわずかであるものの、発症した場合、治療を行わないと致死率がほぼ100%に達すること、くしゃみなどによる飛沫感染により伝播すること、近年学校において死亡例を含む感染の拡大があったことなどが挙げられる。
- ワクチン（4価髄膜炎菌ワクチン）による予防可能。任意接種。

～重症化しやすい！低温やけどにご注意を～



低湯たんぽやカイロなどの通常なら快適に感じるような温度であっても、長時間皮膚に直接あてたままにすると、低温やけどが起きることがあります。やけどを起こしていることに気が付きづらく、気が付いたときには重症化しているケースが少なくないです。よって、予防が大切になってきます。

予防法

- ・湯たんぽなどを使用する場合はタオルなど厚手の布にくるむ
- ・からだの同じ場所を長時間暖めない
- ・使い捨てカイロは肌に直接貼らない など