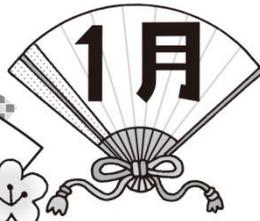


ほけんだより



平成29年1月12日
石川県立金沢二水高校
保健室

新年、おめでとうございます。3年生の皆さんはいよいよ本番が近づいてきましたね。規則正しい生活を送り、体調を崩さないようしっかりと健康管理をしてくださいね。自分の力を全て出し切ることができますように・・・。

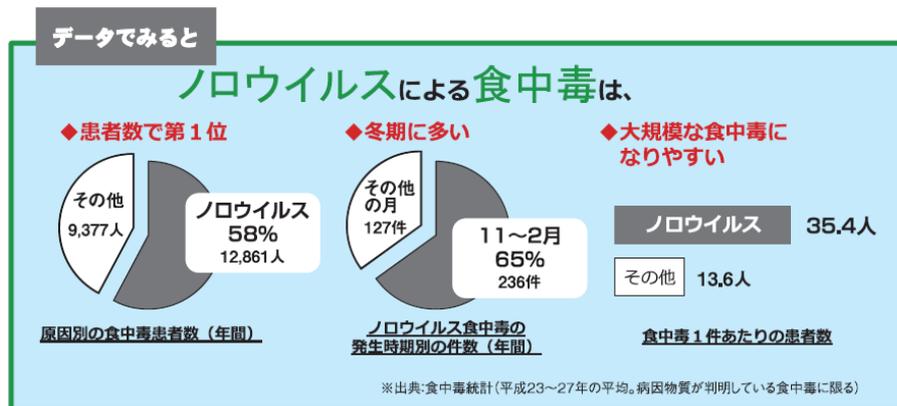


1月の保健目標：感染症に気をつけよう



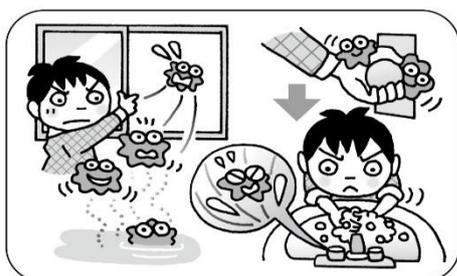
感染性胃腸炎

昨季からノロウイルス「GⅡ・17」（新型）が流行しています。今季も既に猛威をふるっています。
～厚生労働省資料より～



ノロウイルスによる感染について

感染経路	症状
<p><食品からの感染></p> <ul style="list-style-type: none"> ●感染した人が調理などをして汚染された食品 ●ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝など <p><人からの感染></p> <ul style="list-style-type: none"> ●患者のふん便やおう吐物からの二次感染 ●家庭や施設内などでの飛沫などによる感染 	<p><潜伏時間></p> <p>感染から発症まで24～48時間</p> <p><主な症状></p> <ul style="list-style-type: none"> ●吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続く。感染しても症状のない場合や、軽い風邪のような症状のこともある。 ●乳幼児や高齢者は、おう吐物を吸い込むことによる肺炎や窒息にも要注意。



予防

- ★食品の加熱・・・適切な加熱（85～90℃で90秒以上）
- ★手洗いの励行、
- ★汚染箇所の消毒、換気

インフルエンザ

昨年末までに本校でインフルエンザにかかった生徒は4名でした（1年：1名、2年：3名）。1月11日現在インフルエンザで休んでいる生徒は2名（2年）です。今後ますますインフルエンザの流行が拡大していくことが予想されます。手洗い、換気、マスクの着用できちんと予防していきましょう！！

学年	昨年度	今年度
1年	35.7%	26.5%
2年	31.7%	27.8%
3年	91.6%	88.0%
全体	53.0%	46.9%

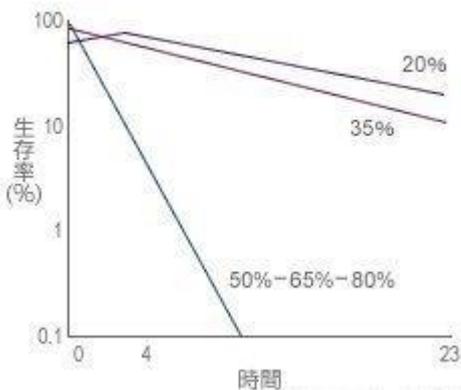
予防接種率

（12月22日までの調査）

昨年と比べ、予防接種率が下がっています。集団の接種率が低いと予防接種効果が十分発揮されません。



湿度とインフルエンザウイルスの生存率



インフルエンザウイルスは空気中に6～24時間生存するという実験結果が出ています。（室温、湿度による）

汚れた空気から呼吸によりウイルスが体内に入り込まないようにしっかり換気をしましょう！

加湿

ウイルスは乾燥に強いので湿度が大切！！



症状

高熱、頭痛、全身の痛み
（重症化した場合）けいれん、意識障害など



インフルエンザと診断されたら



学校に連絡を！

予防

