

*お家の方にも読んでもらってください。

保健通信

2009.5.18 大阪府立西浦高校保健生徒会部

新型インフルエンザについて…その③

5月16日、新型インフルエンザの国内感染者（4人）が神戸で初めて確認され、その後、兵庫・大阪の高校生を中心に感染が拡大し、18日朝の時点で96人になりました。わずか数日で急速に感染が拡大しています。この感染拡大を防ぐため、本日18日からすべての府立学校で1週間休校の措置がとられました。

米国でも感染の広がりは高校生が中心でした。高校生が集中していることについて、CDCのアン・シュキヤット博士は「高校生は大人よりも触れあう機会が多い」と指摘しています。また、免疫の面でも新型に無防備である可能性もあります。

今の現実をしっかり受け止めて、情報に注意しながら何をすべきかを認識し、冷静に行動してください。そして私たちが感染拡大を食い止めましょう！！



インフルエンザは、本来、急速に感染が拡大するのがその特徴のひとつともいえる疾患です。感染患者が自覚しないような軽症の場合でもその患者から感染はみられるので、流行を一部の地域に限定して封じ込めることは容易ではありません。しかし、一人一人が、右の方法を実行することにより、感染の広がりを遅くしたり、被害を小さくしたりすることが可能です。まず、自分がかからないこと、かかったら他人にうつさないことを心がけてください。

参考：国立感染症研究所感染症情報センター（サイト09/5/2）

「新型インフルエンザ」と「季節性インフルエンザ」の比較

| | 新型インフルエンザ | 季節性インフルエンザ |
|------|--|---|
| 感染力 | 1. 4～1. 6 | 1. 3 |
| 主な症状 | 発熱、せき、たん、のどの痛み、悪寒、頭痛、体の痛み、下痢、吐き気など |  |
| 致死率 | 0. 4% | 0. 1% |
| 特徴 | ◇人に免疫がないウイルス ◇若者の感染例が目立つ ◇下痢が多めとの報告も ◇抗ウイルス薬タミフルは有効 | ◇Aソ連型インフルエンザでは、タミフルが効きにくい耐性ウイルスが増えている。 |

*感染力は1人の患者からうつる人数。新型インフルエンザの感染力、致死率はメキシコについて。国際グループが米科学誌に報告した論文から作成。（引用：朝日新聞 09/5/18）

前号、前々号の保健通信も参考にしてください。西浦高校HPにアップしています。

家庭での対策（WHO、厚生労働省などによる）

日常の注意点



- うがい(帰宅後)
- 手洗い
(せっけんを使い15秒以上)
- 休養と栄養
- 鼻や口をさわらない
- 部屋を換気する
- せきエチケット
- マスク

今、取るべき行動



- せきをする人から1～2m離れる
- 不要不急の外出はしない
- 混雑した公共交通機関の利用を避ける
- 学校が休校した場合、子ども同士で会わない
- 人ごみにいる時間をできるだけ減らす

症状が出たら



- まず保健所の「発熱相談センター」に電話を
- マスクをつけ、せきエチケットを守る
- 家族と別室で静養
- 家族は手洗い、うがい、マスク着用

せきエチケット

- ティッシュなどで口と鼻を覆い
- 他の人から顔をそらして
- ティッシュはすぐごみ箱へ
- 手や腕はすぐ洗う

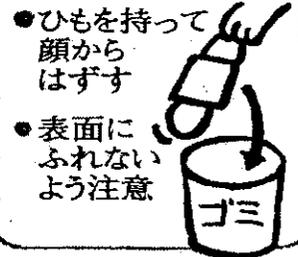


マスクのつけ方



- 鼻、口、あごを覆う
- 鼻筋にフィットさせる

マスクのはずし方



- ひもを持って顔からはずす
- 表面にふれないよう注意

(引用：朝日新聞 09/5/18 *一部変更)

新型インフルエンザ 発熱相談センター

- 大阪府庁 06-6944-6791 (24時間受付)
- 大阪市保健所 06-6647-0951 (")
- 藤井寺保健所 072-955-4181 (9:00～18:00)
- 富田林保健所 0721-23-2681 (")
- 八尾保健所 072-994-0661 (")
- 東大阪市保健所 072-960-3802 (9:00～19:00)
- 堺市保健所 072-228-7023 (24時間受付)

■新型インフルエンザに役立つホームページ

- 厚生労働省「新型インフルエンザ対策関連情報」
<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekku-aku-kansenshou04/>
- 外務省「鳥及び新型インフルエンザ」
<http://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/kansen/influenza/>
- 国立感染症研究所感染症情報センター
<http://idsc.nih.go.jp/index-j.html>