

保健室通信 号外

愛知産業大学工業高等学校保健室

新型コロナウイルス感染症が発生しています。

1月31日にWHO（世界保健機関）より、新型コロナウイルス関連肺炎の発生状況が「国際的に懸念される公衆衛生上の緊急事態」に該当すると発表されました。一人ひとりにできることとして、過剰に心配することなく、季節性インフルエンザと同様に咳エチケットや手洗いなどの感染症対策に努めて下さい。また、連日ニュースなどでもたくさんの情報が報道されていますが、正しい情報を得て、正しく対応しましょう！

新型コロナウイルス感染症とは？

過去、ヒトで感染が確認されていなかった新種のコロナウイルスが原因と考えられる感染症です。

コロナウイルスとは？

人や動物の間で広く感染症を引き起こすウイルスです。
人に感染症を引き起こすものは、これまで6種類が知られています。
深刻な呼吸器疾患を引き起こすことがあるのは、
SARS（重症急性呼吸器症候群コロナウイルス）、
MERS（中東呼吸器症候群コロナウイルス）です。

インフルエンザと同様に、「飛沫」と「接触」で、感染します。
飛沫感染…感染者のくしゃみや咳と一緒にウイルスが放出され、別の人があるウイルスを吸い込むことで感染する。
接触感染…感染者がくしゃみや咳を押さえた手で周りの物に触れて、ウイルスが付く。別の人がある物に触って、ウイルスが手に付く。その手で口や鼻を触ることで粘膜から感染する。

一人ひとりができる新型コロナウイルス感染症の対策は？？

①手洗い

ドアノブや机など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や食事前など、こまめに手を洗います。

②普段の健康管理

普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ免疫力を高めておきます。

③適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器を使って、適度な湿度（50～60%）を保ちます。

- ◆過剰に心配することなく、「手洗い」や「マスクの着用」を含む「咳エチケット」などの通常の感染症対策が重要です。
- ◆登校時、または校舎移動の際は、手指の消毒にご協力ください。

新型コロナウイルス感染症は「指定感染症」に指定されました。
そのため、感染した場合は、出席停止の対象となります。



正しい手の洗い方

手洗いの前に ○爪は短く切っておきましょう
○時計や指輪は外しておきましょう



石鹸で洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

(参考) 内閣官房ホームページ
厚生労働省ホームページ