

Vol. 011

保健室だより

2011/12/12

山々も白くなり、いよいよ冬本番！

皆さん、体調はいかがですか？

冬休みを前に、保健室だよりを作成
しましたので、読んで下さいね。

編集担当：保健指導員



長引く咳にご注意！－マイコプラズマ肺炎－

国内では、今年 10 月にマイコプラズマ肺炎の報告数が過去最多となっています。新潟県内でも報告数は増加傾向にあります。これまで、第 1 選択薬とされていた薬に対して耐性菌が増えているため、薬が効かず、症状が長引き感染が広がっているようです。

どのような病気かということ、マイコプラズマという微生物によっておこる肺炎で、《熱》や《頭痛》、《だるさ》に加え、《から咳》で発病します。潜伏期間は 10～14 日。頑固な咳が長く続くのが特徴的です。感染経路は、唾液などが飛んでうつる飛沫感染や、飛沫のついた手が触れてうつる接触感染です。集団感染になりやすいので、予防が大切です。手洗い、うがい、マスクの着用に心がけましょう。

心の相談室

大学には「心の相談室」があることを知っていますか？

心理カウンセラーの先生が、皆さんの心のお話を聞いてくれます。頑張りたいの思うようにいかない、眠れない、なんて悩みも話してみるといいかも。

手続きについては、掲示されている内容、もしくは学内 HP を参考にしてください。



新型から季節性へ：インフルエンザ(H1N1)2009

2009 年に猛威をふるった新型インフルエンザ (A/H1N1) は、通常の季節性インフルエンザに変わりました。どういうことかということ・・・
2010/11 シーズン(11 年 3 月まで)の新型インフルエンザ (A/H1N1) の流行は治まった状況にあり、死亡例・重症例は高い年齢層に移っている他、季節性インフルエンザと異なる特別の事情(大流行など)は確認されませんでした。このようなことから、新型インフルエンザ (A/H1N1) は感染症法に基づき、通常の季節性インフルエンザと同様の扱いをされることになり、4 月 1 日以降その名称については「インフルエンザ (H1N1) 2009」とされました。(厚生労働省 '11 年 3 月 31 日発表)

季節性インフルエンザにかかる人が増えてくる時期を迎えます。新型インフルエンザはいつ発生するかわかりません。日頃から、手洗い、咳エチケットなど 1 人ひとりが感染防止への取り組みに努めてください。それでは、冬休みにリフレッシュし、心身ともに元気に 1 月を迎えましょう。

(記事：飯田智恵)

健康相談日のお知らせ

お昼休み 12:00～12:50 に保健室に学校医または指導員が在室していますので、健康について相談したいことがある学生は、遠慮なく訪室してください。日程は保健指導員のホームページにも記載してあります。学内ホームページのメニューバーにありますので、保健指導員ブログと一緒に見て下さいね。

健康相談日 1 月 16 日 (月) 1 月 30 日 (月) 2 月 13 日 (月)
2 月 27 日 (月) 3 月 5 日 (月)

