

保健室だより

東北学院大学
学生総合保健支援センター
保健室 2020年12月発行



寒くなって空気が乾燥してきました。引き続き感染予防・対策を心がけた生活を送りましょう。



【感染リスクが高まる『5つの場面』を避けましょう】

これまでのクラスター分析で得られた知見から、感染リスクが高まる「5つの場面」が新型コロナウイルス感染症対策分科会により提言としてまとめられました。下記のような、感染リスクが高い場面は避けて、引き続き感染拡大防止にご協力をお願いします。

【場面①】

飲酒を伴う懇親会等



【場面②】

大人数や長時間におよぶ飲食



【場面③】

マスクなしでの会話



【場面④】

狭い空間での共同生活



【場面⑤】

居場所の切替わりでの気の緩み
(休憩時間、喫煙所、更衣室など)



※過去に発行した保健室だよりも感染対策等載せていますので改めて確認をお願いします。
<https://www.tohoku-gakuin.ac.jp/facilities/center/health/healthcare.html>

【インフルエンザ・ノロウイルス等の冬に流行する感染症と病院受診】

インフルエンザやノロウイルス等の感染症予防対策も、飛沫や接触によって拡大する感染症と同じです。引き続き、**マスク着用・手洗い・換気・加湿・しっかり栄養と休養を取る**こと等を意識しましょう。症状から新型コロナウイルス感染症とその他の感染症を区別するのは難しいため、**発熱や咳などの体調不良がある場合は、受診する前にかかりつけ医や近医に電話で相談しましょう。**

【世界エイズデー HIVとエイズ、この違いを知っていますか？】

- **エイズ (AIDS)** は、**HIV (ヒト免疫不全ウイルス)** に感染することによっておこる病気です。HIV 感染 = エイズ (AIDS) というわけではありません。HIV に感染後、自覚症状のない時期 (無症候期) が数年続き、さらに進行すると抵抗力 (免疫) が低下し、本来なら自分の力で抑えることのできる病気 (日和見感染症と呼ばれます) などを発症するようになってしまいます。これらの病気を発症した時点でエイズ発症と診断されます。
- **HIV 検査と治療** : HIV 感染をしているかどうかを症状からを見つけることはできません。HIV 検査を受けることで初めて感染の有無を確認することができるのです。現在はさまざまな治療薬が出ており、きちんと服薬することでエイズ発症を予防することが可能になっています。
- **感染経路** : 性行為による感染・血液感染・母子感染が主な感染経路ですが、最も多いのは性行為による感染です。HIV は主に血液や精液、膣分泌液に多く含まれており、性行為の相手の性器や肛門、口などの粘膜や傷口を通して感染します。**コンドームの正しい使用は、HIV 感染症 / エイズ予防にとって有効な手段** です。

※現在は新型コロナウイルス感染症の影響で保健所等による HIV・梅毒検査は縮小して実施しています。診断が遅れて周囲に感染を拡大させないためにも、正しい知識と行動を心がけて性感染症を予防しましょう。

