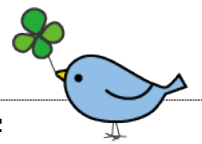


# 保健室だより

東北学院大学  
学生総合保健支援センター  
保健室 2021年12月発行



## 引き続き新型コロナウイルス感染症対策をお願いします

- ワクチン接種の有無に関わらず、**マスク着用・手洗い・「密」の回避・十分な換気**など、基本的な感染防止対策を引き続き行いましょう。
- **体調が悪い時は医療機関に相談**し、人との接触を避け外出を控えましょう。
- 路上・公園等における集団飲酒など**感染リスクの高い行動を自粛**しましょう。



## With コロナ 感染リスクを防止しながらマスク会食を楽しむポイント

- ① まずは**検温・体調管理**
- ② **短時間で深酒せず**（事前に時間を決めて！）
- ③ **少人数で普段一緒にいる人と**
- ④ 座席間の**距離**をとり、**パーテーション**が設置してあるお店で
- ⑤ 座席は正面を避けて**斜め向かい**に。
- ⑥ 大声を出さず、**会話時はマスク**を着用。
- ⑦ 大皿は避けて、料理は**個々に盛り付け**ましょう。
- ⑧ 箸やコップ等は使いまわさず、**一人ひとり**で
- ⑨ 感染対策が徹底されていない飲食店等の利用は**厳に控え**ましょう。
- ⑩ 店の求める**感染防止策に積極的に協力**しましょう。



## 12月1日は世界エイズデー “レッドリボン30周年～Think Together Again～”

世界エイズデーとは、**エイズまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消**を目的に WHO（世界保健機関）が制定したものです。

昨年 2020 年は、新規 HIV 感染者（速報値）は前年と比較して減少しましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により検査件数が減少していることが理由と考えられ、**無症状の感染者が十分に把握できていない可能性**に留意する必要があります。

### HIV≠AIDS

HIV は『**H**uman **I**mmunodeficiency **V**irus（ヒト免疫不全ウイルス）』の頭文字です。

**エイズ（AIDS）**とは、『**A**cquired **I**mmunod**e**ficiency **S**yndrom**e**（後天性免疫不全症候群）』の頭文字で、免疫力が低下することにより生じるさまざまな症状のことです。

HIV に感染すると数週間以内に風邪に似た症状が出るがありますが、その後自然に治まります。感染して 5 年から 10 年かけて**次第に免疫不全の状態になりエイズを発症**します。免疫力が低下することで、本来なら自分の力で抑えることができる病気にかかるようになります。これを『**日和見感染**』と言います。

### 3つの感染経路・・・経路が限られているので HIV 感染は防げます。

① **性行為による感染**：日本国内で圧倒的に多いのが性行為による感染です。性行為中に性器や肛門、口などの粘膜や傷口を通して感染します。他の性感染症と同様に、コンドームの正しい使用は HIV 感染を予防する最も有効な手段です。

② **血液を介しての感染**：依存性薬物などの使用における注射器具の共用などが原因で感染します。

③ **母子感染**：母親が HIV に感染している場合、赤ちゃんに感染することがありますが、現代の日本では医療的な対応により赤ちゃんへの感染を 1% 以下に抑えることができます。

### ◆エイズ予防情報ネット（API-Net） / 『エイズ Q&A』

<https://api-net.jfap.or.jp/knowledge/index.html>



### 早期発見のために・・・検査のススメ

現在では様々な治療薬が開発され、適切な治療によって症状をコントロールしながら普通の生活を送ることができるようになってきました。**早期発見と治療のためにも HIV 検査が大事です**。全国の保健所などでは匿名・無料で HIV 検査や相談ができますので、気兼ねなく利用してみましょう。近年、HIV との重複感染が最も多い**梅毒が増加**しています。併せて検査を受けましょう。

### ◆宮城県 HP 『HIV・クラミジア・梅毒検査について』

<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/situkan/aidskensa-202004.html>

