



板橋小学校
もり しのぶ 校長
曾利 晋三



玄関などに設置された消毒液

始業式後、全校児童に 感染予防を徹底

流行期に入ったということ、9月は子どもたちが楽しみにしていた修学旅行があり、とても心配しました。8月28日の始業式の後、さっそく全校児童に新型インフルエンザについて説明し、手洗いやうがい、消毒液の使い方など、感染予防を呼びかけました。2学期からは、消毒液の設置を10カ所に増やしたり、体温計を各教室に置いてすぐに検温できる体制を整えたり、保護者にも協力をお願いしたり、できる限りの感染予防に努めています。

Influenza measures

保育所には、重症化しやすいと言われている乳幼児が多くいますので、感染予防にはとても気を使っています。特に2歳児ぐらゐまでは、おもちゃなどをすぐに口に入れるのが目が離せません。こまめな手洗い・うがいの指導はもちろん、消毒液を混ぜた水で机などを拭いたり、職員が携帯用の消毒液を1本ずつ持ち歩いて、子どもたちの手や気になった所に噴きかけたりしています。また、このたび、加湿空気清浄機を各保育室に設置して、これからの季節に備えています。

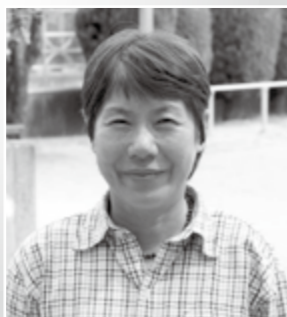
携帯用消毒液や 空気清浄機を有効利用



携帯用消毒液



加湿空気清浄機



庄原保育所
みやけ ちゆき 所長
三宅 千幸

特集
influenza

知っておきたい 感染予防策

—新型インフル最新情報—

新型インフルエンザの集団感染が全国各地で広がり、8月下旬から学校や社会福祉施設で、休校や休業が増加しています。この感染拡大に市民一人一人がどう取り組めばよいのか、新型インフルエンザの最新情報を提供します。

新型インフルエンザ発生から今日まで

国内の感染者が確認された5月以降、国や自治体の対応も変わってきています。これまでの経過を振り返り、現在の状況をお知らせします。

世界的な大流行

本 年4月、メキシコにおいて発生した新型インフルエンザ(A/H1N1)は急速に世界中に感染が拡大し、6月12日、WHO(世界保健機構)は警戒水準を最高レベルのフェーズ6に引き上げ、世界的な大流行を宣言

しました。日本においても、5月に初めて国内

の感染者が確認されて以来、全国に広まり、全都道府県で感染者が確認され、広島県内においても多数の感染例が確認されています。特に、通常の季節性インフルエンザが流行しにくい8月～9月の暑い時期に感染が拡大しています。集団感染は7月下旬から増

市内でも8月に集団感染

国 は5月当初、国内での発生を防ぐため空港などでの検疫を実施していましたが、国内でも発生が確

も2件の集団感染が確認されました。8月24日～30日の週では、県内で9件の集団感染が発生。夏休み明け早々に学級閉鎖や学年閉鎖の学校などが数例報告されており、今後もさらに増加すると考えられています。

対策本部を設置

本 市では、5月1日に「新型インフルエンザ対策本部」を設置。

県内や市内で患者が確認された場合は、直ちに学校等の施設の休業やイベントなどを中止する対応策をとることになっていました。また、市民の皆さんへ「うがい」や「手洗い」などの励行をお願いするとともにマスクや消毒液などの備蓄を行ってきました。

しかし、国内での感染者が増加したことや患者の多くは軽症のまま回復していることを受け、国は7月24日に対処方針を変更。これにより、本市でも集団感染が発生したときは、状況に応じて学

級閉鎖などを行います。イベントなどの中止は原則しないことにしました。保健医療課の西田英司課長は「正確な情報に基づき行動することが大切。感染しても多くの方が軽症で回復されており、市民の皆さんには必要以上の心配をすることなく普段どおりの行動をお願いしたい。そして、一人一人が感染は自分が止めるという気持ちを持って感染予防を心がけ、流行期を乗り越えていけるよう協力してほしい」と呼びかけています。

バトンタッチして頑張ろう

広島県北部保健所 岸本所長に聞く

医療機関からの報告で、8月下旬から県北部でも流行期に入ったことが分かりました。今後、感染拡大が心配される中で、どのように予防し、感染した場合はどう対処していくのか、広島県北部保健所の岸本益実所長に聞きました。



広島県北部保健所

岸本 益実 所長

昭和38年9月生まれ。尾道市出身。医学博士。平成19年4月から現職。

● 新型の特徴は

新型インフルエンザは、ほとんどの人が免疫を持っていないので、大流行する恐れがあります。

症状は、高熱やせき、鼻水、のどの痛み、けんたい感など、これまでの季節性インフルエンザと似ていますが、下痢や嘔吐の症状を訴える方は季節性インフルエンザより少し多いと言われています。

特徴としては、慢性呼吸器疾患や慢性心疾患、糖尿病などの持病がある方、そして妊婦や乳幼児、高齢者が重症化しやすいということが挙げられます。

● 予防するには

予防の基本は手洗いとうがいです。外から家に帰った時はもちろん、食事の前、トイレの後など、生活の中でこまめに行いましょう。これからの時期、

● 復帰のタイミングは

完全に感染させる力がなくなる日数は、個人差があり一概に言えません。しかし、熱が下がってすぐは、人に感染させる可能性があり、少なくとも熱が下がって2日間は外出を避けた方がよいでしょう。熱が下がった後も、せきや鼻水など、他の症状がある方は、人に感染させる可能性があります。症状がなくなるまで自宅療養を継続することが適当です。

● 家族の対応は

同居している家族がインフルエンザにかかった場合、まず患者さん自身が家族に感染させないよう、せきエチケットを守ることを心がけてください。例えば、①せきやくしゃみをする

時は、他の人から顔をそらし、ティッシュなどで口と鼻を覆う、②せきやくしゃみを抑えた手をすぐに石けんで洗う、③せきやくしゃみが出ている間はマスクをするなど。

患者さんの使用した食器や衣類は、通常の洗浄や洗濯、乾燥などで消毒ができます。

家族は、できれば患者さんと別の部屋で過ごすことが望ましいといえます。患者さんと接触するときは、なるべくマスクを着用し、患者さんを看護した後は、こまめに手洗いをしてください。特に重症化しやすい方は、これらに注意して確実な感染予防を心がけてください。場合によっては、かかりつけ医に相談することも必要です。感染から発症までの潜伏期間は、通常2〜3日、最長1週間と個人差があります。よくある質問に、患者さんの

インフルエンザだけでなく、ノロウイルスなど冬の感染症も気になります。これらを予防するためにも、手洗いうがいを習慣にすることが大切です。手洗いは、流水と石けんでしっかりと行うことが基本ですが、手荒れが気になる方は、消毒液をうまく使用してください。

流行期に人ごみの中に入るときは、使い捨てのマスクの着用が有効です。表面にウイルスが付きますので、使い終わったら表面に触れないように捨ててください。

予防接種については、ワクチンの接種対象者をどうするのか、新型と季節性の同時接種ができるのかなど、現在国が対策を検討していますので、それが明らかになりましたら情報提供していきます。

● 症状がでたら

インフルエンザの症状が出て医療機関へ行くときは、事前に医療機関へ電話し、その指示に従ってください。医療機関としても、できるだけ感染を防ぎたいと思っていますので、マスクの着用などは必要です。大きな病院に行かなくても、かかりつけ医で大丈夫です。治療方法は、季節性と同じタミフルやリレンザという薬を病院で処方してもらうことが一般的ですが、かなりの方が軽症で済んでいますので、必ず

家族は感染している可能性があるから、学校や職場は休んだ方がいいの？と聞かれますが、発症してなければ外出されても大丈夫です。また、病院で検査をした方がよいのか聞かれますが、感染初期は、簡易検査を行ってもはつきりしない場合がありますし、疑いだけで病院へ駆け込むと、流行期の病院はパンクする可能性があります。ほとんどの方は軽症で回復されていますので、冷静に対応してほしいと思います。

● 最後に一言

流行期に入っている今、できるだけ地域の中で感染を予防することが大切です。そのためには、一人一人が協力しないといけません。いつ、だれが感染するか分かりませんが、できることはせきエチケット、手洗い、うがいを習慣化すること。そして、日ごろから健康管理に努めてください。

広島県北部保健所では、これからも最新の情報提供に努め、地域の医療機関や自治体と協力して、感染予防に努力していきます。

また、5月から「発熱相談センター」(0824-63-4199)を開設し、市民や施設などの相談を受け付けています。新型インフルエンザへの対応など、分からないことがあります。たら、お気軽にお電話ください。

タミフルやリレンザということではなく、医師の総合的な判断になります。医師の指示通りに薬を飲み、水分補給と十分な睡眠を心がけてください。

● 新型かどうかの判断は

新型インフルエンザにかかっても、軽症で済んでいる方も多く、症状だけでは普通のかぜと見分けることは困難です。通常、典型的な症状があれば、簡易検査を行って、インフルエンザA型の陽性反応があるか調べます。この段階では、新型か季節性かは分かりません。現在は、インフルエンザの発生動向を把握するために、一部のインフルエンザ患者から採取した検体を調べていますが、全員の検体を新型かどうか調べることはしていません。ただ、通常、季節性は冬場にはやりますから、この時期にはやっているインフルエンザのほとんどが新型だと言えます。

● 重症化のポイントは

重症のサインは、息切れ、呼吸困難、低血圧、意識障害です。これらの症状が出ると、入院が必要となります。重症化しないためには、早期発見・早期治療が大切です。重症化しやすい持病のある方や妊婦、乳幼児、高齢者は、症状が出たら早めに医師へ相談してください。

Measures Point インフルエンザ 対策のポイント

● 外出から帰った時などは、すぐに流水と石けんで手洗い、うがいをしましょう。

● 睡眠をしっかりととり、偏食せずバランスの取れた食事をし、体力をつけましょう。

● せきエチケットを守りましょう。(1)せきやくしゃみをする際にはティッシュなどで口と鼻を押さえ、周りの人から顔をそむけ、使用後のティッシュは、すぐにふた付きのごみ箱に捨てる、(2)症状のある方は、マスクを正しく着用し、感染防止に努める)

● 流行期には、なるべく人が集まる場所への外出は避けましょう。

● 症状などからインフルエンザが疑われる場合は、早めに医療機関を受診しましょう。特に基礎疾患(呼吸器疾患、心臓疾患、腎臓疾患)がある方や、妊婦、乳幼児、高齢者は合併症を起こしたり、重症化したりする恐れがあるので注意しましょう。

● 医療機関を受診する場合は、あらかじめ医療機関に電話し、受診方法を確認してください。また、受診の際はマスクを着用してください。

