

ほけんだより12月

柳井市立柳井中学校
2022年12月1日 11号

様々な行事がたくさんあった2学期ですが、あっという間に12月になり、冬休みが目前となってきました。1年たつのも早いものですね。最近は寒さも厳しくなり、だんだんと年末が近づいています。

保健室では、体調不良で来室する生徒が例年より少なく、冬の寒さに負けない元気な柳井中生たちに感動しております。しかしながら、この時期はインフルエンザなどの感染症が流行する時期です。感染を広げないためにも、お子様の生活習慣や健康状態に気をつけていただき、体調が悪いときには無理をしないよう、病院への受診やご家庭で療養をお願いいたします。



1年「歯のブラッシング指導」

11月10日(木)・17日(木)・24日(木)に、1年生を対象とした歯のブラッシング指導を行いました。学校歯科医の古濱先生をお招きし、効果的な歯の磨き方や歯の健康についてわかりやすくご講話いただきました。

また、実際にカラーテスターを使用したことで、自分の歯の磨き方のくせや、磨き残しが多い箇所を確認することができました。



生徒からは、「自分の口の中真っ赤じゃけ全然歯磨きできてないわ!」「歯ブラシ全然変えてない!」「80歳まで20本という言葉は初めて聞いた!」など、様々な驚きや発見の言葉を耳にしました。

歯の健康を保つことは、今後の人生の財産につながるといっても過言ではありません。ぜひこの機会に、自らが歯の健康を考え、効果的な歯磨きを継続してくれたらと思います。



知っておこう! 世界エイズデー

12月1日は、WHO(世界保健機関)が定めた「世界エイズデー」です。エイズとは、HIVというウイルスが起こす感染症です。

「HIV」と「エイズ」って同じでしょ?

HIVは「ヒト免疫不全ウイルス」というウイルスの名前で、エイズ(AIDS)は「後天性免疫不全症候群」という病気の名前です。エイズの原因となる病原体がHIVです。

HIVの感染経路は、3つあります。
①血液感染 ②性的接触による感染 ③母子感染です。
血液や精液などの体液にはHIVが含まれているので、感染のもとになります。

性的接触さえなければうつらないから大丈夫!

感染している人には近づくだけでもやばいって聞いたよ

HIVはとても弱いウイルスであり、感染する能力が非常に弱いです。そのため、ごく一般的な人付き合いの中で、人から人へ感染する可能性はほぼありません。

今のところ体の中にあるHIVを完全に取り除くことはできません。ただし、医療の進歩によって様々な治療薬が開発され、エイズを発症しても適切な治療を継続することで、普通の生活を送ることができ、安全に出産することも可能です。

エイズは感染したら治らないんだよね?

残念なことですが、社会全体でもエイズ、HIV、またその患者・感染者に対する偏見や誤解がまだまだ消えていません。正しい知識を得ることは予防の第一歩。自分にも、友だちや家族など身近な人にも起こりうることからこそ、様々な可能性をしっかりと考えた上で、行動につなげてほしいのです。

不安を感じたら... HIV検査 Q&A

HIV検査は、大きく分けて「スクリーニング検査」と「確認検査」の2段階があります。スクリーニング検査で感染の可能性があるかどうかを「ふるい分け」、そこで陽性となった反応が本当にHIVによるものかを「確認」します。スクリーニング検査で陽性でも、確認検査で陰性と判断される場合(擬陽性)もあります。

Q. どんなときに受けるの?

A. 避妊をせずに性的接触があった時など、感染の不安を感じたときには検査を受けてください。HIVの感染は、検査を受けないと確認することはできません。

Q. どこで受けられるの?

A. 全国のほとんどの保健所や特設検査施設で匿名・無料で受けられます。また、病院など、一般の医療機関でも受けられるところがあります(有料)。

Q. 受けるタイミングは?

A. 感染の機会があったと思われ、その日から3ヶ月経過していれば、ほぼ正確な結果が出ます。検査施設によって実施日時が異なり、予約が必要な場合もあります。