

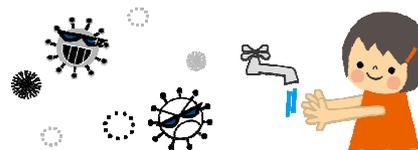
メンタルヘルス通信



ココロリフレッシュルーム Vol:63 2011・12・1

○ 感染症に気をつけよう！

11月は雨が降るような暖かい日もありましたが、昨年のように雪不足からオープンを延期するスキー場が相次ぐということはないようです。これから寒さも一段と厳しくなり、ウィンタースポーツを心待ちにしていた人には最高のシーズンですが、雪景色がきれいな冬は、感染症に気をつけなくてはならない季節でもあります。みなさんは感染予防対策をしていますか？各事業所では、インフルエンザの予防接種が終わった頃ではないでしょうか。先日、アメリカで新たな“豚インフルエンザ”に2人の子どもが感染したというニュースも耳にしました。2人の子どもはすでに回復し、子どもたちの家族への感染も確認されていないようです。豚肉を食べることで豚インフルエンザに感染するということはありませんから、疲労回復効果の高いビタミンBが豊富に含まれている豚肉を食べて2011年最後の1カ月を元気に過ごしたいですね！



さて、続いて“マイコプラズマ肺炎”です。今年はマイコプラズマ肺炎が大流行しているようです。週単位の患者数が、調査を開始してから“過去最多”となったことが国立感染症研究所の調査からわかったそうです。4年に1度オリンピックの年に流行していたことからオリンピック病と呼ばれたこともあるマイコプラズマ肺炎ですが、近年ではある時期に特定の地域での流行が確認されるようになりました。5歳～12歳位の子どもがよくかかるとされているのですが、今年は乳幼児や大人への感染例も増えているようです。先日、無事に退院された天皇陛下もマイコプラズマ肺炎のために入院されていたといわれています。マイコプラズマ肺炎には、有効なワクチンがないため、マスクの着用や手洗い、アルコール消毒による予防が呼び掛けられています。



さらに、10月頃から年末にかけて“ノロウイルス”による感染性胃腸炎、その後1月から4月にかけては“ロタウイルス”による感染性胃腸炎が流行してきます。今年、焼き肉店でユッケを食べた人が、溶血性尿毒症症候群(HUS)により死亡してしまうというショッキングな食中毒事件が発生しました。生食用牛肉の新基準が10月から施行されるなど、私たちの食中毒に関する意識も高まったように思います。感染症予防には、私たちも十分に気をつけなくてはなりませんね。感染予防には、こまめなうがい手洗いが最も有効なのだそうです。特に、食事や調理の前、おむつ交換の後などは注意が必要です。しっかりと手洗いをして予防に努めなくてはなりませんね！

§ : 32 エイズ

みなさん“エイズ”について考えたことはありますか？エイズという病気について知っていますか？常日頃から意識して生活しているという人はいないのではないのでしょうか。今月はエイズについて考えていきたいと思います。



○ 世界エイズデー

みなさん12月1日は何の日かご存知ですか？なぜ私が今月エイズについて考えてみようと思ったのかと言いますと、12月1日が“世界エイズデー”であるからです。

みなさんご存知でしたか？“世界エイズデー”とは、「世界規模でのエイズ蔓延(まんえん)の防止、エイズ患者やHIV感染者に対する差別・偏見の解消」を目的として、1988年に世界保健機関(WHO)により定められた国際記念日です。WHOは、毎年その国の12月1日を“World AIDS Day”(世界エイズデー)と定めて、エイズについて考える機会を設けたり、知識を普及させるための活動など、エイズに関する啓発活動などの実施を提唱しています。日本もその趣旨に賛同し、全国各地で世界エイズデーイベントが実施されています。

○ エイズ検査

昨年、日本で新たに報告されたHIV感染者とエイズ患者の数はあわせて1165件(HIV感染者780件；エイズ患者385件)と、はじめて1000件を超え、いずれも過去最高の数字となっているそうです。そして、HIV感染者全体の約7割を20代から30代の若者が占めているため、若者に対する対策が特に必要だといわれています。

日本での報告数が過去最高となっているにも関わらず、“エイズは自分には関係のない話”“発展途上国など遠くの国の話”などという思いを抱く人も多く、私たちにはあまり危機意識や問題意識がないように感じます。エイズ検査を全国の保健所で受けることができるということもまだあまり知られていないのかもしれませんが。エイズ検査は全国の保健所にて「匿名」で受けることができ、また検査は「無料」です。しかし、エイズ検査は敷居が高いと感じる人も多く、厚生労働省や地方自治体では、より検査を受けやすい体制を整えようとしています。来年度からは、“HIV抗体検査普及週間(仮称)”を創設し、エイズ検査を夜間や土日にも行うことができるようなにするなど、より利便性の高い体制を整えようと検討がなされているようです。“HIV抗体検査普及週間(仮称)”は、世界エイズデーの半年前である6月1日を含む1週間を予定しているそうです。

次回は、エイズの感染経路や症状などについて考えていきたいと思います。



雪が積もると、窓から見える世界は一変します。一面の銀世界はやはりきれいです。そろそろフィンランドのサンタクロースも大きな荷物を抱えて出発した頃かもしれませんね。

*** 自分の気持ちを抑えてばかりいませんか？ ココロリフレッシュルーム 0142-76-4780**