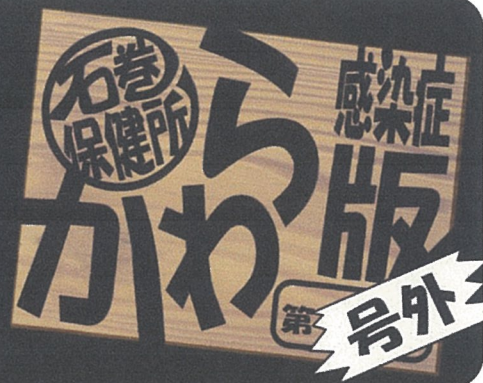


今回のテーマは

『手足口病』

です。



手足口病が県内全域で警報発令中です！

・手足口病とは??

手や足、口の中などに発疹ができることが名前の由来となっています。ウイルス性の感染症で、咳やくしゃみなどの飛沫や、便中に排泄されたウイルスに触れることにより感染します。

主に夏場に流行する感染症です。患者は乳幼児が中心で、90%程が5歳以下の乳幼児といわれています。そのため、保育施設や幼稚園などでは注意が必要です。宮城県全体で流行していますが、石巻管内では特に患者数が多くなっています。

まれに重症化し、髄膜炎や脳炎など重い合併症を起こすことがあります。



手足口病の発疹

引用元：町医者「家庭の医学」
(みやけ内科・循環器科)

http://www.miyake-naika.or.jp/13_medemiru/shasin_riyou.html

・予防方法について

手足口病は治った後も比較的長い期間便の中にウイルスが排泄されます。

一般的な感染対策は、接触感染を予防するために手洗いをしっかりとすること、排泄物を適切に処理することです。特に保育施設などでは、感染を広げないために、職員とこども達がしっかりと手洗いをすることが大切です。特におむつを交換する時には、排泄物を適切に処理し、しっかりと手洗いをしてください。



石巻保健所 オリジナルキャラクター
『てらいおん』

タオルの共用で感染が広がることもあります。
使い捨てのペーパータオルや個人のタオルを使用
しましょう。

2017年 9月8日 発行

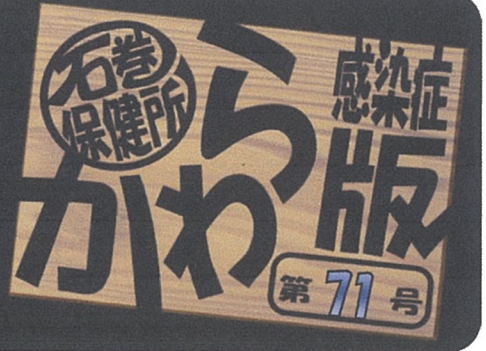
石巻保健所疾病対策班 電話：0225-95-1430

今回のテーマは

結核

です。

～ 9/24～9/30 は結核予防週間 ～



結核は、ひとごとではありません！

結核って昔の病気？ 今もあるの？

国内では今なお毎年 18,000 人の結核患者が発生しています。結核は昭和 20 年代まで死亡原因の 1 位でしたが、**きちんと服薬し治療をすれば治る時代**になりました。

結核はどうやってうつるの？



結核菌の混ざったしぶきが咳と一緒に空気中に飛び散り、それを周囲の人が直接吸い込むことによって**感染**します。感染しても全ての人が発病するわけではなく、**8～9割の人は免疫力などにより一生発病せずすみずみ**ます。

「感染」と「発病」は違うの？



感染：吸い込まれた結核菌が**肺に定着**すること。

発病：菌が活動し始め体に影響を及ぼし**様々な症状**が出始めること。

皆さんにお願いしたいこと

- ☆結核検診を受けましょう。
年 1 回、胸のレントゲン写真をとりましょう。
- ☆2 週間以上、咳や痰が続くときは
医療機関を受診しましょう。
- ☆高齢の方は「微熱」「だるさが続く」「急に体重が減った」時は
かかりつけ医に相談しましょう。

Dr. 鈴木 (保健所長) から一言



これまでの結核検査では、ツベルクリン反応検査(ツ反)が使われてきました。

しかし、結核のワクチンである BCG を接種した人も陽性となるため、判定に迷う事がありました。近年、採血にて結核感染を証明するインターフェローン遊離試験(IGRA)が使われるようになり、より正確な診断ができるようになりました。

今回のテーマは

『レジオネラ症』

です。

石巻・気仙沼

感染症

かわら版



土木・建築関係のお仕事の方は特に注意してください！

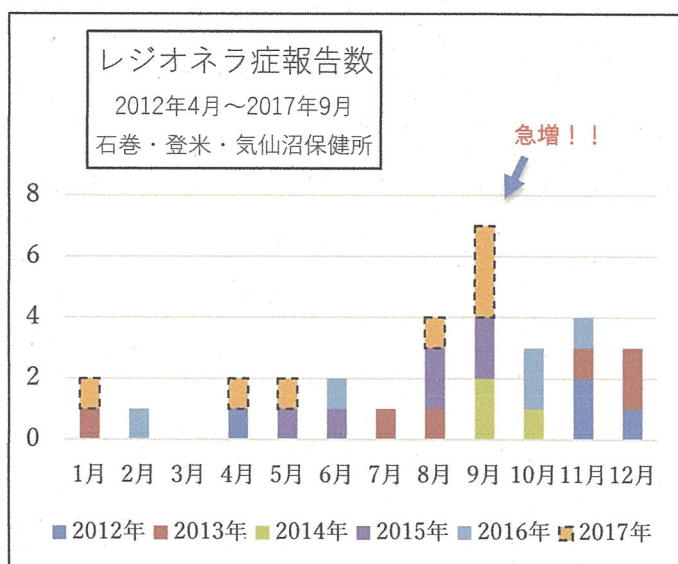
・レジオネラ症とは??

レジオネラ症は、レジオネラ属菌が原因で起こる感染症です。土中や湖沼など自然界に生息し、身の回りではお風呂や加湿器などで繁殖します。菌が混入した水や土を吸い込むことで感染します。

症状は高熱、寒気、筋肉痛、倦怠感などです。治療を行わなかった場合、重症化することもあります。

・作業員の方は要注意！

9月以降、県内で土木・建築関連の仕事をしている方々から、レジオネラ症の患者が複数出ています。作業中に舞い上がる土煙や、霧状のしぶきの中にレジオネラ菌が存在し、それを吸い込んだことが原因と考えられます。



	診断日	年齢	性別	職業
1	H29年9月8日	60代	男	建築業
2	H29年9月19日	40代	男	建築業
3	H29年9月24日	60代	男	土木関係

・感染を防ぐには・・・

土の混ざった細かい水しぶきや土煙が発生する作業では防塵マスクをつける。
自宅では、水の溜まる場所（お風呂・加湿器）は定期的に水を入れ替える、こまめに掃除を行う。

2017年 10月 18日 発行

石巻保健所疾病対策班 電話：0225-95-1430
気仙沼保健所疾病対策班 電話：0226-22-6662

今回のテーマは

『嘔吐下痢症対策①』

次亜塩素酸ナトリウムです。



今回のかわら版では、冬場に流行する嘔吐下痢症の対策「第①段」として、次亜塩素酸ナトリウムについて取り上げます。有効な消毒剤は次亜塩素酸ナトリウム（＝塩素系漂白剤）ですが、正しい保管方法や薄め方はご存じですか？事前準備を行って冬に備えましょう。

正しい保管方法と正しい薄め方

・保管方法

次亜塩素酸ナトリウムは熱と直射日光に弱いので、冷暗所に保管しましょう。正しく保管していても時間が経つにつれ、効果がなくなってきます。使い切らなくても1年程度で破棄し、新しい物に交換するのが望ましいです。暑い夏が過ぎたら買い換えるタイミングです。

・薄め方

嘔吐下痢症のウイルスに有効な次亜塩素酸ナトリウムの濃度は0.1%です。水で薄めて濃度の調整をして使用します。濃度が高すぎたり低すぎたりすると、消毒効果が半減します。

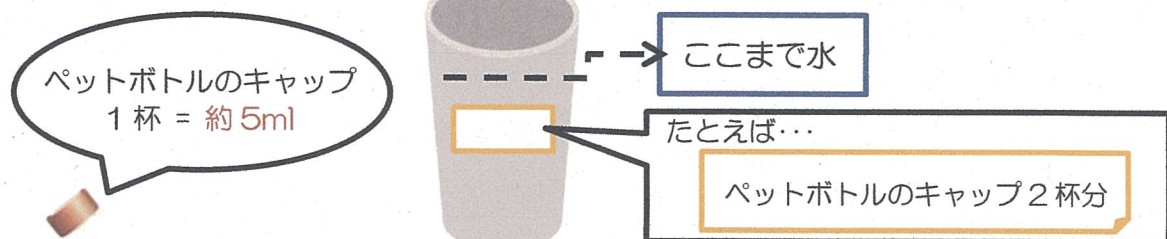
0.1%濃度の作り方		使う水の量		
		250ml	500ml	1ℓ
使う ナ次 ト亜 のり 濃ウ 素度 ム酸	5%	5ml	10ml	20ml
	10%	2.5ml	5ml	10ml

流行時の拭き掃除や吐物処理等に使用しましょう

※市販の次亜塩素酸ナトリウムの濃度は5%前後が多い。表示「ppm」の場合は、500ppm=5%と読み替える。

事前の準備が大切！

- ① 消毒液を作る容器をあらかじめ決めておく
- ② 50mlや500mlなど、わかりやすい量のラインに線を引いておく
- ③ 「ラインまで水を入れてペットボトルキャップ〇杯分の次亜塩素酸ナトリウムを入れる」というように容器に説明書を張っておく



※作った消毒液は取っておかず、その日のうちに使い切りましょう※

2017年 11月 7日 発行

石巻保健所疾病対策班 電話：0225-95-1430

第②段は「嘔吐物処理キット」についてです！乞うご期待！

今回のテーマは
『嘔吐下痢症対策②』

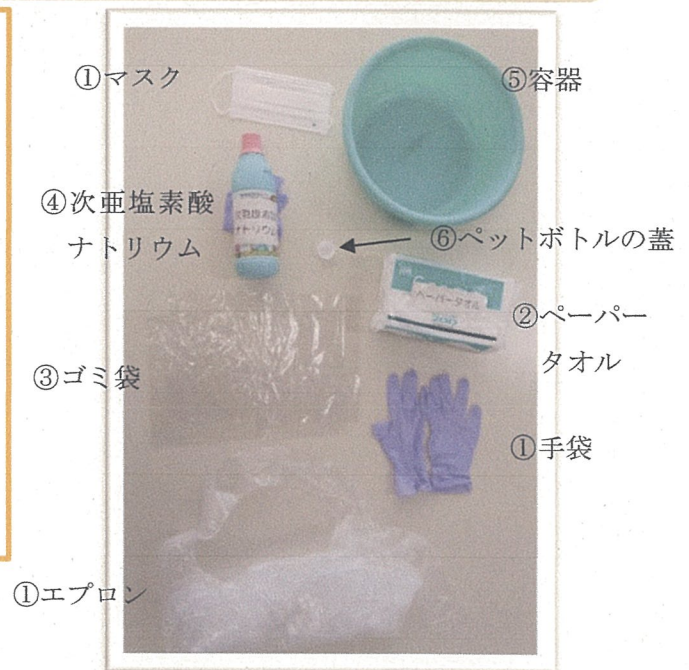
嘔吐物処理キット です。



今回のかわら版では、冬場に流行する嘔吐下痢症の対策「第②段」として、嘔吐物処理キットについて取り上げます。嘔吐の際に使う物をひとまとめにしておくことで、素早い対応が可能になります。

用意する物

- ① 使い捨て手袋(2組)・エプロン・マスク
- ② ペーパータオル1束
- ③ ゴミ袋2枚
- ④ 市販の次亜塩素酸ナトリウム
(塩素系漂白剤、商品名ハイターなど)
- ⑤ 次亜塩素酸ナトリウムを薄める容器
(金属製でないもの)
- ⑥ ペットボトルの蓋
- ⑦ 嘔吐物処理の手順書
(かわら版次号の嘔吐下痢症の対策「第②段」など)



バケツなどに入れ、
冷暗所で保管する

※④⑤⑥を使用した消毒剤の作り方は、かわら版 嘔吐下痢症の対策「第③段」を参考にしてください。

容器にペットボトルを使用する場合は…

手に入れやすく、便利なペットボトルですが、作った消毒液を間違って飲んでしまった!という事故が報告されています。ペットボトルを使う場合は、以下の点に注意してください。

- ・ラベルに「飲めません!」など注意書きを貼る
- ・使用中は子どもの手の届くところに置かない
- ・作った消毒液は保管せず、24時間以内に使い切る



2017年 11月 10日 発行
石巻保健所疾病対策班 電話：0225-95-1430

第③段は「嘔吐物処理の方法」についてです。嘔吐物処理キットに入れて活用してください。

今回のテーマは
『嘔吐下痢症対策③』
嘔吐物処理の方法 です。



今回のかかわら版では、冬場に流行する嘔吐下痢症の対策「第③段」として、嘔吐物処理の方法について取り上げます。嘔吐物を掃除した人が、次の日に具合が悪くなって…という場合も多いので、素早く正確な対応ができるように準備をしてください。

準備物と手順

使うもの…嘔吐物処理キット

※かわら版嘔吐下痢症対策②「嘔吐物処理キット」を参考に用意してください。

手順 1

- ① 嘔吐物の側から人を離す。
- ② 部屋の換気を行う。
- ③ 次亜塩素酸ナトリウムから消毒液を作る。
※かわら版嘔吐下痢症対策①(H29.11.7発行)
「次亜塩素酸ナトリウム」を参考にしてください。
- ④ 使い捨ての手袋・マスク・エプロンを着ける。



手順 2

- ① 嘔吐物を乾いたペーパータオルで取り除く。

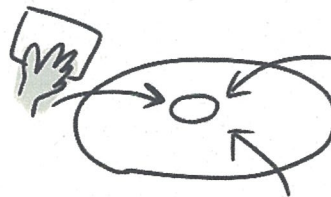


- ② 手袋を交換する。

※手を汚さないように注意！

手順 3

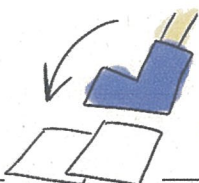
手順 1 ③の消毒液にペーパータオルを浸し(液が滴る程度)、汚れた部分を中心に拭き取る。
※半径2m程度の範囲を外側から内側に向かって拭く。ペーパータオルを替えて数回繰り返す。



※金属は消毒液で腐食することがあるので、最後に水拭きをする。

手順 4

消毒液に浸したペーパータオルで靴底を消毒する。



消毒液に浸したペーパータオルを踏んでもOK

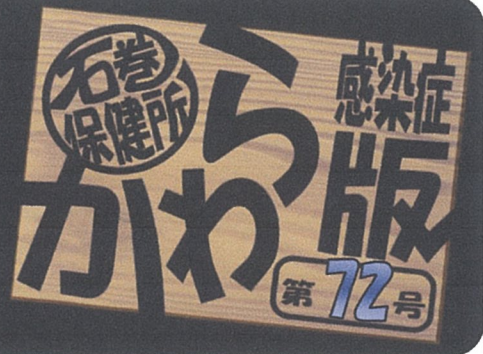
手順 5

- ① 手袋・マスク・エプロンを外す。
- ② ゴミ袋は二重にして口を縛って捨てる。
- ③ 石けんと流水で手を洗う。



今回のテーマは

『インフルエンザ』 です。



空気が乾燥する冬はインフルエンザが流行する季節です。ご自宅で出来る簡単な予防方法を教えます。

流行時のインフルエンザ予防 ～四箇条～

「手洗い」

其の壱

手洗いは感染症予防の基本です。帰宅後や食事の前は手を洗きましょう。
①石けんで、②30秒間手を洗い、③清潔なタオルで乾かします。

「換気」

其の参

冬場は窓を閉めがちですが、籠もった空気中にウイルスが漂っている事もあります。適度な換気が効果的です。室温と外気温が同じになる程度の時間を目安にしてください。

「マスク」

其の式

インフルエンザに罹っているだけでなく、健康な人もマスクを着けて予防しましょう。鼻と顎を覆うようにしっかり伸ばしてください。鼻筋に当たる針金の部分は、顔に沿うように形を曲げます。

「人混み回避」

其の四

ウイルスがいる場所を避けることも大切な予防行動です。冬場の人混みではインフルエンザウイルスが大量に浮遊していることも…。出来るだけ人混みは避け、ウイルスに接触する機会を減らしてください。

インフルエンザの型

一言に「インフルエンザ」と言っても、実はインフルエンザのウイルスにはA・B・Cと3つの型があります。冬に流行するのは主にA型とB型のウイルスです。それぞれ性質が異なるため、1シーズンで2種類のインフルエンザに感染する可能性もあります。一度罹ったからと安心せずに、冬場は予防を行ってください。

感染症 TOPICS

保健所長(小児科医) 鈴木



なぜ冬にインフルエンザが流行するのか疑問に思ったことはありませんか？インフルエンザは、主に咳やくしゃみに含まれたウイルスにより感染します。空気が乾いていると咳やくしゃみの飛沫が短時間で乾燥し身軽になるため、ウイルスを含んだまま周囲を漂うこととなります。逆に、夏場は飛沫が乾燥しにくく直ぐに地表に落下するため、あまり広まらないと考えられています。また、寒いと換気が疎かになってしまう事も誘因でしょう。