



## ★感染症から身を守る★

12月に入り今年もあとひと月、新しい年にむかってラストスパート何かと忙しい時期です。今年は早くから寒くなり風邪やインフルエンザの流行もいよいよ本番です。ウイルスや細菌が原因となる**感染性胃腸炎**（流行性嘔吐下痢症）も冬場に多く発生する為、帰宅時や食事前には流水、せっけんでの手洗いを行うようにしましょう。

感染症には前述のような季節性の感染症以外に、十分な知識と理解をもっておかなければならない感染症があります。今月は「**性感染症**」と「**結核**」についての話です。このような病気にかかることがないように普段から**予防**に努めましょう。

### ★性感染症(STI)とはどのような病気でしょうか？

セックスやそれに順ずる性的な行為によって感染する病気のことを言います。病気の原因になるのはウイルスや細菌でこれらは喉、口、性器、肛門などの粘膜から感染します。これらの病原体は体の中に入っても症状がないことが多く、**感染していることに気づかず、何年も普通の生活を送っている場合もあります**。もし感染していれば、気づかないままにパートナーにうつしてしまう可能性もあるのです。初めてのセックスでも場合により**エイズウイルスであるHIVや梅毒等の性感染症**がうつる可能性もあります。風邪やインフルエンザや食中毒等のように自覚しやすい症状もないので「まさか自分はずつてない」と思っている場合も**病気が静かに体の中で進行していき**ます。性感染症は種類も多く一度に複数のものにかかることもあります。病気によっては**不妊の原因**になったり、**長期にわたる治療が必要**になり将来に係わってくることにもなります。最近では**10代~20代前半の若い世代に梅毒やクラミジアなどが広がっています**。正しい知識を身につけ病気を防ぎ、自分の身を守ることが大切です。

★保健センターでは性感染症やエイズについてのわかりやすい資料を配布しています。来室のうえお声かけ下さい。



### 12月1日は世界エイズデー

エイズの蔓延防止と患者、感染者に対する差別・偏見を解消する為1988年にWHOが制定しました。

**レッドリボン**はエイズに偏見を持っていない、エイズと共に生きる人を差別しないというメッセージが込められています。この日には世界各地でエイズに関する啓発運動が行なわれます。



#### 感染しない



感染者のくしゃみ 握手 トイレやお風呂



蚊や虫にさされる ジュースの回し飲み

エイズはこんなことでは感染しません

#### 感染する



性的接触 注射器 母子感染



血液 精液 膣分泌液

#### HIVとは

- ・エイズの原因となるウイルスのこと
- ・HIV自体が性行為により人から人へうつる
- ・HIVに感染すると、ある期間の後、体内でウイルスが増えエイズという病気になる
- ・保健所などで感染しているかどうか検査で確認できる

### ★結核の話

結核は結核菌という小さな菌(1000分の1ミリ程度の大きさ)に感染することによって起きる病気です。結核を発病している人が体外に菌を出すことを「**排菌**」と言います。**咳やくしゃみによる飛沫に含まれる結核菌**が空気中に飛び散り、他者が吸い込むことにより**空気感染**します。日本の主要な感染症のひとつで、全国と比較して京都市の結核罹患率は高く、隣の大阪府においては東京都につぎ患者数が増加しています。また20才代では外国籍の方の新規患者数が増加傾向にあります。

**主な症状**・・・咳、痰、だるさ、息苦しさ、微熱、食欲不振、体重減少

**2週間以上咳が続いたら早めに医師の診察と検査を受けましょう。**

**予防**・・・定期的(年1回)に胸部エックス線検査を受ける=**大学での春の健康診断を必ず受診すること**  
規則正しい生活、バランスのよい食生活、睡眠などが予防となる

\* 結核菌は紫外線に弱く、体外に排出された菌は日光に当たると数時間で死滅します。普段から身の回りの衛生に心がけ、部屋の換気や掃除、洗濯等こまめに行ないましょう。

