

保健だより 4/21号

令和2年4月21日
江東区立南砂中学校保健室

これまで、臨時休校期間を健康に過ごすためのヒントをお伝えしてきましたが、今日は少し病気について学んでいきましょう。「世界エイズデー」キャンペーンの事前学習として、保健委員が毎年学んでいる内容です。

感染症の仕組み

※ しゅくしゅ 宿主がヒトの場合



「感染症」とは、インフルエンザ・風邪・新型コロナウイルス感染症などの『うつる病気』のことを言います。

【感染症の3要素】

感染症にかかるには、次の3つが必要です（上図参照）。

- ①感染源・・・体内で増殖し、症状を引き起こす原因となるウィルスや細菌などの病原体
- ②感染経路・・・感染源(ウィルスや細菌)が他の人にうつる道・方法・手段
- ③宿主・・・ウィルスや細菌を受け取るヒトや動物

これらのうち、1つでも欠ければ感染症は成立しません。

自然界に存在する病原体をすべて死滅させることは不可能ですが、



②感染経路③宿主(ヒト)に適切な対策を講じることができたら、
感染症は広がらないのです。

【②感染経路への対策】

新型コロナウイルスは、ひまつ 飛沫感染と接触感染が主な感染経路と言われています。
飛沫感染とは・・・飛沫とは、くしゃみや咳、また普段の会話でも飛び散っている“つば”のことで、ウィルスや細菌が混じったつばを吸い込んでしまうことで起こる感染
接触感染とは・・・ウィルスや細菌に知らない間にふれて（ドアノブ、手すり、スイッチ、ボタンなど）、その手で食べたり目や鼻をこすったりすることで起こる感染



なるほど！

『3密』密集・密閉・密接は、つばが飛び散りやすく、たくさんの人が（誰がウィルスを持っているか分からない！）さわった物に触れる機会も多いから、『感染しやすい危険な場所』なんだ！



なるほど！その2

外出を避けてなるべく自宅で過ごすことで、ウィルスにさら晒される機会を減らすことが感染予防になるんだ！もし、自分がウィルスを持っていたとしたら、それを他の人にばらまかないために家にいることが大切なんだ！

③宿主対策は次号の保健だよりで。Stay Home!!

