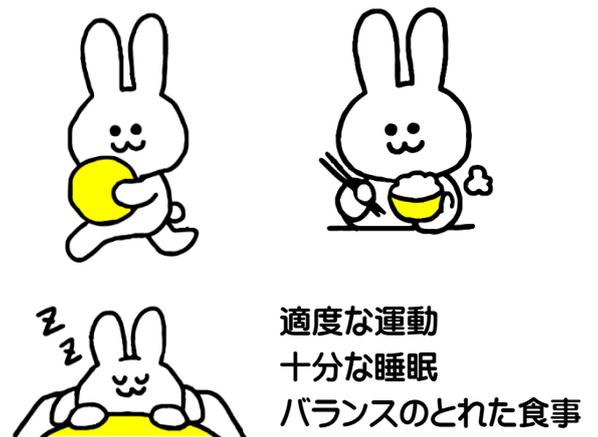
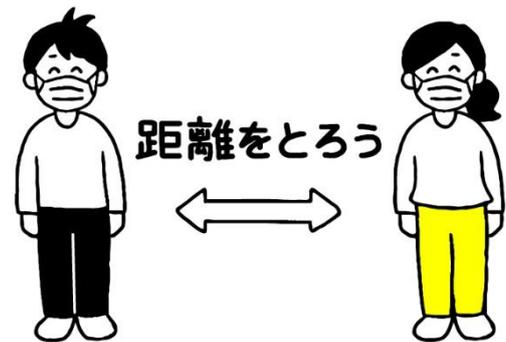


ほけんだより 8月号

暑中お見舞い申し上げます。

全国的に新型コロナウイルスワクチンの接種がすすんでいます。1学期に学校保健委員会があり、「新型コロナウイルス感染症」について話し合いました。あらかじめ生徒保健委員を代表としてアンケートをとり、困っていることや疑問へ学校医の馬岡先生と学校薬剤師の山中先生からアドバイスや回答をいただきましたので紹介します。

☆新型コロナウイルス感染症に感染しないために気をつけること☆



アンケート結果からは換気を自主的に行っている様子が見られませんでした。換気は冷房中でも大切です。すすんで窓を開けましょう。

また、顔をさわるクセのある人はいませんか？爪をかむ、目をこする、鼻を触る等の行動は感染につながります。注意してください。

☆生徒保健委員会アンケートへ学校医さん学校薬剤師さんからお答えいただきました。

上高生が新型コロナウイルス感染予防で困っていること心配なこと



マスクをずっとつけていて苦しい 肌荒れもする

屋外で人との距離が充分にとれていればマスクを外しても大丈夫です。熱中症予防にもなります。運動をする際は呼気や汗から感染することがあるため十分な距離をとるよう心がけてください。

マスクによる肌荒れは最近増えています。皮膚科などを受診して外用薬を処方してもらうことをおすすめします。



ワクチンの副反応や副作用が起こったときの対処法を知りたい

長期的な副作用はまだ分かっていません。根拠の無い情報や誤った情報もありますので惑わされない様ご注意ください。

接種後は一般的に、接種部位の痛み、肩が上がらない、頭痛、発熱、倦怠感、関節痛がありますが自然軽快していきます。これまでの状況では女性、若い人、2回目接種の方に副反応が出やすいようです。接種後 15分～30分会場で待機しますので、血管迷走神経反射（緊張や痛みをきっかけに起こるたちくらみなど）が出たときは会場のスタッフが対応してくれます。アレルギーのある人でアナフィラキシーなど強い反応があればエピペンという注射を打ちます。その後の痛みや熱については鎮痛剤を服用します。



ワクチンを打った方が良いのですか？

集団免疫という観点からは社会全体の7割以上の方が接種するとよいとされています。日本小児科学会の公式見解では「健康な子どもへのワクチン接種には、メリット（感染拡大予防等）とデメリット（副反応等）を本人と養育者が十分理解し、接種前・中・後にきめ細やかな対応が必要です」とあります。強制ではありませんが、特に受験生は保護者の方とよく相談してください。



全員がワクチンを終わると新型コロナウイルスが広がる前の状態になりますか？

残念ながら、難しいと思います。大変なことも多いですが、手洗いや消毒・換気などによりインフルエンザなど感染症が激減するなど公衆衛生の観点からは良いこともありました。これからは新型コロナウイルスと共存していく時代です。年単位で状況は変化していくと思いますが、どのように共存していくのか一緒に考えていきましょう。