



保健室だより2月号



2021

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

看護師在室予定 **黄色**：9:00～16:00 **緑色**：9:00～12:00 白色：不在

◆鶴見キャンパス入校時は、設置されているアルコールを用いて手指消毒を行いましょう。

◆感染予防対策（こまめな手洗い・身体的距離の確保・体調不良時はムリせず自宅で療養・マスク着用）を引き続き行いましょう。

◆新型コロナウイルス感染症に感染した、濃厚接触者になった、罹ったか心配な時は、保健管理センター（045-787-2270）に連絡ください。

ノロウイルスによる感染性胃腸炎に注意しましょう

コロナウイルス感染症予防と共に、冬に流行する他のウイルスにも注意が必要です。その一つに、ノロウイルスによる感染性胃腸炎があります。ノロウイルスは、感染力が強く、手指や食品を介して経口で感染し、24～48時間で、嘔吐・下痢・腹痛・微熱といった症状が出現します。通常、症状は数日で治まりますが、一週間程度は便からウイルスが排出されるので、周囲に感染を広げないように注意が必要です。

【感染経路】

- ・ノロウイルスを体内に取り込んだ牡蠣やシジミなどの二枚貝を
生または十分に加熱しないで食べて感染。
- ・感染者が十分に手を洗わず調理し、食品にノロウイルスを付け、それを食べて感染。
- ・感染者の便や嘔吐物を処理する際に、手にノロウイルスが付着し、手を介して口に入り感染。
- ・便や嘔吐物が乾燥して、埃に付いてノロウイルスが舞い上がり空気中を漂い、それを吸い込んで感染。



【対応】

- ・嘔吐や下痢は脱水症状を引き起こしやすいので、経口摂取が可能ならば、少しずつスポーツドリンク等を飲みましよう。脱水症状がひどい場合は、病院で輸液を行うなどの処置が必要となります。
- ・嘔吐・下痢・腹痛・発熱は、新型コロナウイルス感染症でもみられることがあります。かかりつけ医に電話相談をしてから受診ましよう。

【予防対策】

- ・手洗いをしっかりする。食事の前・トイレの後・調理前後・嘔吐物を片付けた後
- ・加熱して食べる食材は、中心部までしっかりと加熱する。85度以上で1分以上
- ・便や嘔吐物には直接触れないようにする。



嘔吐物を処理する場合は、使い捨てマスク・エプロン・手袋（二重にして使用）を装着し、処理後は石鹸・流水で十分な手洗いをする。ノロウイルスはアルコール消毒では死滅しません。次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）を使うのが良いでしょう。

※保健室には、嘔吐物処理セットを準備しています。必要時、お使いください。



健康診断証明書の発行について

令和2年度健康診断証明が必要な場合は、3月19日（金）までに事務室に申し込んでください。それ以後の発行はできません。令和3年度の健康診断証明書は、5月下旬受付開始・6月上旬発行を予定しています。学内で健康診断を受診されていない方には発行できません。