



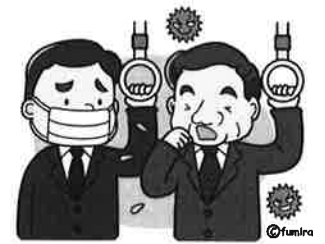
29年2月号

## 検査室だより

寒さ厳しい毎日ですが、いかがお過ごしですか。雪が舞う中にも柔らかな春の日差しを感じるのは気のせいでしょうか。豆をまいて鬼を追い払ったら・・・さあ、「春よ来い。早く来い。」

さて、みなさんの周りでインフルエンザ流行っていますか？私の周りではA型が多いようです。「ヒト」がかかるインフルエンザにはA型、B型、C型と大きく3つに分かれています。世界中で大流行を引き起こすA型。変異しにくいウィルスで、ワクチンの予防が有効なB型。鼻風邪程度の軽い症状しか出ないC型。同じ型でもちょっとずつちょっとずつ顔つきを変えているのでワンシーズンにA型に2回かかったり、A型B型両方にかかったりする場合があります。マスクやうがいですっかり予防しましょう。

インフルエンザの予防にマスクは役に立つのか！  
インフルエンザウィルスの大きさは0.1マイクロ。(1mmの1万分の1です) そんな小さなウィルスをマスクで防げるのか・・・



つつう話ですよ。そもそもインフルエンザの感染経路は、感染者の咳やくしゃみなどにふくまれたウィルスが空気中に飛び散ってそれを吸い込んでしまう「飛沫感染」。感染者がくしゃみや咳を手で押さえ、その手で触ったドアノブやつり革などを触ることでうつる「接触感染」。伝染力は弱いですが「空気感染」というものもあります。「つば」に乗ったウィルスは5マイクロと巨大化します。ここまで大きくなるとマスクの出番です。大丈夫！しっかり防いでくれるのです。

そこで正しいマスクの使い方です。昔からあるガーゼマスクは網目が大きいので「飛沫感染」を防ぐことはできません。できれば使い捨てマスクをお勧めします。①マスクの折り目は下向きに。②針金が入っているほうが上。③鼻と口、あごをしっかりと覆いましょう。④もったいないですが一度使ったものはゴミ箱に捨てましょう。捨てる時は口元が当たっていた部分は触らないようにしてください。これで主な感染経路である「飛沫感染」は防げます。そして手洗い。しっかり手を洗って「接触感染」を防ぎましょう。

春はすぐそこです。素敵な春がやってきますように。

公衆保健協会 検査室

