

保健だより 2月号



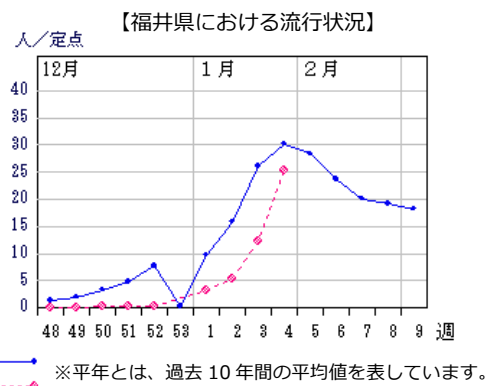
令和5年2月8日
福井工業大学附属福井高等学校
保健室

2月4日は立春、暦の上では春の始まりです。しかし福井ではまだ雪の季節であり、寒さには気を付けたい時期です。現在、新型コロナウイルスだけではなく、インフルエンザが3年ぶりに全国的に流行しています。基本的な感染症対策をしっかりとる、規則正しい生活を送る、気温に合った服装で過ごすなど、体調管理をしっかりと行いましょう。

☆インフルエンザの感染者が増加しています！

県内でインフルエンザの患者数が増加しているため、1月25日付で**インフルエンザ注意報が発令**されました。

本校におけるインフルエンザ罹患数も1月に入ってから累計で170名を超え(1/31時点)、感染の拡大がみられます。**感染症対策を徹底し、新型コロナウイルスだけでなくインフルエンザの流行にも十分に注意しましょう。**



◎発熱やかぜ症状等が現れた場合は…

- 登校を控え、医療機関を受診してください。また受診結果を学校に連絡してください。
- インフルエンザにかかった場合、学校保健安全法により、「**発症後5日、かつ解熱後2日が経過するまで**」の期間、**出席停止となります**。その期間は登校できませんので、自宅にて療養してください。
- 登校再開時に担任に「インフルエンザ罹患報告書」の提出をお願いします。

※「インフルエンザ罹患報告書」は学校ホームページからダウンロードできます。

福井高等学校ホームページ> 在校生・保護者の方へ> 学校感染症による出席停止、証明書等

感染対策

続けよう

- 手洗い: 清潔なハンカチも忘れずに
- マスク: 表面をさわりすぎないように
- 換気: 2カ所をあげて空気の通り道を作ろう

換気のポイントは“空気の流れ”

対角線上の2カ所ので空気の通り道を作る

ここがポイント

短時間でもいいので換気する

「寒いから」と閉めきるのは×。こまめに新鮮な空気を取り込みましょう

☆歯を大切に！歯の治療は必ず済ませましょう。

本校のむし歯のある人の割合は、福井県や全国の割合に比べてとても多い状態です。しかし、今年度の歯科検診後、必要な治療を終えた報告があったのは**約1割**にとどまっています。**口の中の状態は全身に影響します**。勉強や部活動で時間がとりにくい場合もあるかもしれませんが、**時間をつくり、できるだけ早く歯科医で治療を受けてください。**



～令和4年度 歯科検診の結果～ ※本校、福井県の値は令和4年度、全国の値は令和3年度のものです。

	本校	福井県	全国
むし歯なし	37.1%	47.3%	60.2%
むし歯があったが、治療が終わっている	33.8%	34.8%	24.1%
むし歯があり、治療が終わっていない	29.1%	17.9%	15.7%



できるだけ早く受診してください！

静かなる病、歯周病

Silent Disease

日本人が歯を失う原因 **第1位**

日本人の40歳以上の罹患率 **約80%**

知らないうちに ゆっくりと進行していく...

歯肉炎

細菌が歯と歯ぐきのすき間に入り込み、炎症を起こします。

この段階では、自覚症状はほとんどありません。

歯周炎 軽度

細菌が歯を支える骨(歯槽骨)を破壊していきます。

ここまで進行してはじめて、歯ぐきの腫れや出血といった自覚症状が現れます。

歯周炎 重度

炎症が拡大し、歯槽骨の破壊もさらに進行します。

対応が遅れると、歯がグラグラし始め、最悪の場合は抜けてしまいます。

歯だけの病気じゃない!!

▼歯周病が進行すると、細菌が歯ぐきから血管の中に入り込み、体中をめぐって、様々な病気を引き起こしたり、悪化させたりします。

- 糖尿病
- 心筋梗塞、脳梗塞
- 誤嚥性肺炎
- 骨粗しょう症

抜けた歯は元には戻りません。

歯周病は早期発見できれば治せる病気であり、**予防**が何よりも大切です。

歯肉炎は15歳以上の約40%にみられます!