

全国的にもニュースになっている“はしか”についてどんな感染症か知っていますか？日本では撲滅したと言われていた病気ですが、未だに感染が拡大しています。また、海外では流行している地域もあります。1人1人が関心を持って、予防に力を入れていけたらいいと思います。

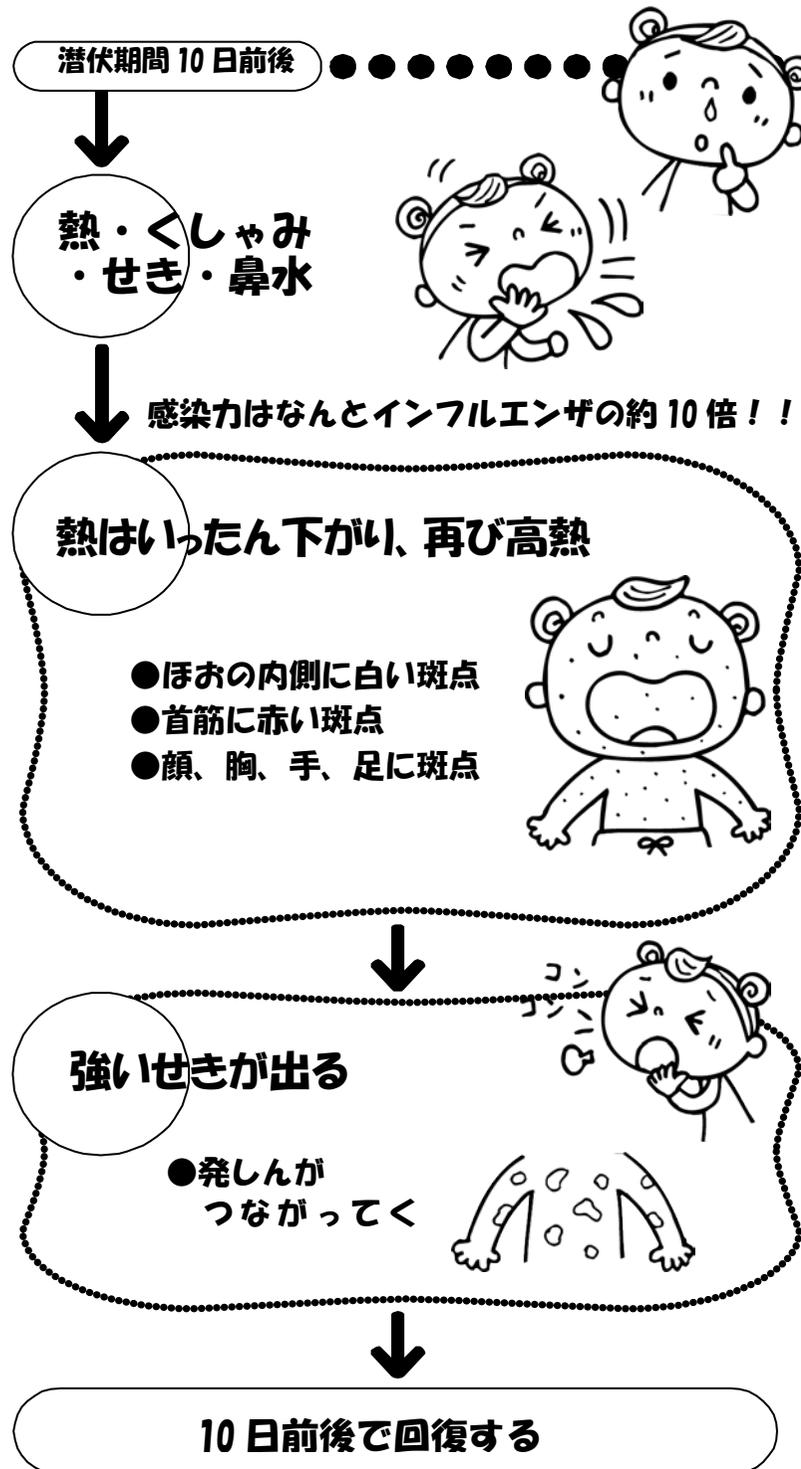
## はしかって何??

一般的には、はしかと呼ばれていますが、正式には麻疹といいます。麻疹ウイルスに感染して発症する病気です。麻疹ウイルスは極めて小さく、通常のマスクでは予防することはできません。そして、乾燥した状態でもフワフワと空気中を漂いながら人から人へと感染するので、非常に感染力が強い病気と言われています。また、はしかの感染を防ぐためには、予防接種が1番有効であるとされています。

潜伏期間は10日前後。はじめは熱、くしゃみ、鼻水といった風邪のような症状が出て、高熱は4~5日です。いったん38~37℃台に下がり、再び40℃前後まで上がります。そして赤い斑点のような発疹が、首に現れ、顔、胸、手、足と全身に広がっていきます。病気の後半には、かなり強いせきが出て、発疹がつながっていきます。また、同時に結膜炎を発症することもあります。

### 病院を受診する際は…

- はしかは、子どもでも合併症を起こすこともあり、十分注意が必要な病気です。はしかの疑いがあり、病院を受診する際は、周囲への感染拡大を防ぐために、必ず事前に病院に連絡し、できるだけ公共交通機関(バスや電車等)を使わずに受診するようにしてください。また、行き返りにコンビニに寄るなども避けるようにしましょう。



## はしかにかかったら…

はしかには特効薬はないので、解熱鎮痛薬などを使いながら体の回復を待つことになります。日頃から規則正しい生活を送り、1人1人の体力や免疫力をアップさせましょう!!

### ★休みやすい環境を整えて

部屋の温湿度調節、換気に気を配り、熱が高いときには氷まくらで冷やすなど、休みやすい環境作りを心がけよう。



### ★水分補給をしっかりと



熱が高くなる病気なので、脱水症状を起こしやすくなります。水分補給には十分気を配りましょう。

### ★合併症に注意

はしかになると、体の抵抗力が弱まり、中耳炎・気管支炎・肺炎など、別の病気を起こすこともあります。注意しましょう。



### ★発疹に伴う熱が下がってから3日は出席停止



回復するまでには10日前後かかります。発疹に伴う熱が下がってから3日経過するまで出席停止になります。

