



～感染症に気を付けよう～

冬になると気温が下がり、空気が乾燥してウイルスや病原体が広がりやすくなります。そして寒くないように密閉した空間に人が集まるので、よりウイルスや病原体に接しやすくなり、他の時期に比べて感染症にかかりやすくなるのです。

『感染経路を知ろう！』

感染症予防の為に、病原体がどのような経路で感染するのか知っておきましょう。感染経路は大きく次の3つに分けられます。

○飛沫感染

「せき」「くしゃみ」「会話」から唾液などが飛び、そこから感染します。飛沫感染でよく知られているのはインフルエンザ、RSウイルス感染症、マイコプラズマなどがあります

○空気感染

空気中の病原体を吸い込むことで感染します。はしかや水ぼうそうなどが知られています。

○接触感染

病原体が付いたおもちゃをなめたり、触った手から目・鼻・口に入ったり、病原体に直接接触することで感染します。ノロウイルス、ロタウイルスなどの感染性胃腸炎、RSウイルス感染症などが知られています。



『鼻水がかぜの原因になることも』



鼻水が出るからと言って、必ずしも風邪をひいているわけではないのですが、鼻水がかぜの原因になることもあります。鼻水で鼻が詰まると口呼吸になり、ウイルスや細菌を口から吸いこみ直接体内に入ってきて、感染症にかかりやすくなります。



『鼻水は出たら取り除くことが大切』

鼻づまりは、寝つきが悪くなったり、飲食が大変になったり、中耳炎にかかりやすくなるなど、困ることがたくさんあります。中でも濁った色の粘り気のある鼻水には要注意です。鼻の中の炎症がひどくなっているのです。鼻水は出たらまめに取り除くことが大切です。まだ自分で鼻がかめない子どもも、ひどくなる前に取り除いてあげましょう。

いろいろな感染症が流行っています。ご家庭でも手洗いうがいを丁寧に行いましょう。



【参考文献】

冬の感染症 予防するには？

www.nhk.or.jp/sukusuku/p2018/757.html