



学校保健委員会報告

10月13日(火) 日ごろから皆さんの健康を支えてくださっている学校三師(医師、歯科医師、薬剤師)、PTAの代表の方と教員でコロナのことや健康診断のことを話し合いました。今回はその中で出てきたアドバイスを一部報告したいと思います！

学校医による コロナウイルスQ&A

Q. コロナウイルス予防で大事なことは？

A. コロナ予防で大事なのが「手指衛生」やよ。あと、会話する時も気を付けて！
目前でくしゃみや咳をされると気になる人は多いと思うけど、**5分間の会話で飛ぶ飛沫は咳1回分と同じ**です！
マスクをしない食事中の会話は控えんなってこと覚えておいてほしいです。

Q. 感染者が減ってきたので対策をそろそろ緩めてもいいですか？

A. 緊張感をいつまでも張り詰めたままではつらいよね。**緊張感は緩めるけど新しい生活様式のルールは崩さない**こと！当たり前のこととしてできるようになってほしいな…。



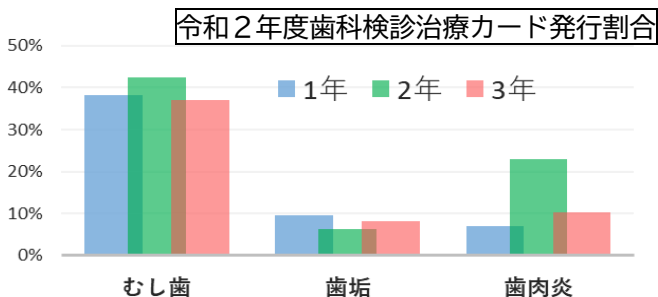
内科検診で優しく診てくださる
美魔女が本校の学校医 A 先生です

Q. 37℃あったら発熱ですか？

A. 個人差が大きいので一概に発熱とは言えません。でも男性は比較的体温が安定しているから平熱を覚えておくといいよ！女性は月経周期の関係で体温が変わるので日頃から自分の体調と周期も把握しておいてね。

学校歯科医のお話 コロナとお口の深い関係

歯肉炎があるとコロナやインフルエンザなど色んな感染症にかかりやすいということをご存知ですか？感染症が流行しやすい冬が来る前に歯磨きはもちろんのこと、かかりつけの歯科でプロケアを受けることをお勧めします。



上のグラフを見てみると、2年生に「歯肉炎」(歯ぐきの状態が悪いこと)の人が多くことがわかります。2年生でクラスター発生?!にならないためにも治療カード(ピンクの紙)をもらった人は早めに治療を済ませるようにしてください。

深掘り!



パツと見いかつい髭男ドクター
N先生は加賀でも指折りの
人気歯科医院の院長さんなのだ!

歯周病や歯肉炎の人の口の中に多く存在する口腔細菌の出す成分(プロテアーゼやノイラミニダーゼなどの酵素)によりインフルエンザウイルスが体内へ取り込まれやすくなる(=かかりやすくなる&重症化しやすくなる)と言われています。

新型コロナウイルスに関してはインフルエンザよりも感染力は強く、歯みがきだけでは感染防止はできませんが、重症化の防止になると言われています。重症化で問題となっている免疫の暴走化「サイトカインストーム」の起爆剤であるエンドトキシンの出どころは歯肉炎であるため、歯肉炎を予防すればコロナによる死亡リスクを下げるができるのだとか。