

千葉南高校 保健室だより 令和2年度第2号

新型コロナウイルス もし、「家族」が感染したら...

東北医科薬科大学発行のハンドブックが、新型コロナ対策について、一般市民用としてとてもわかりやすく書いてあります。これは学校薬剤師さんからもご紹介されたもので、ネット上でも公開されています。ハンドブックから、感染した、もしくは感染が疑われる家族を看病する際のポイントを引用します。

Q1 感染した(疑われる)家族を看病する場合に気をつけることは？

A. 可能であれば、看病を行う人は1人に限定しましょう。

看病をする人をなるべく1人に限定することで、接触のリスクを下げるができます。

看病をするときは、手袋やマスクをつけ、使用したマスクや手袋などはビニル袋に入れて袋を閉じて捨てます。看病のたびにこまめに手洗いを行います。

看病するひとも毎日2回は体温測定を行い、感染症状が出てこないか十分に気を付けましょう。



症状のある人

マスクを着用します



看護をする人

マスク・手袋を着用します
こまめな手洗いを行います



接触のリスクを下げるため、可能な限り看病を行う人は1人に限定することを推奨した上で、以下の3つの点に気を配るよう説明しています。

- ① 看病の際には手袋やマスクをつけて行き、使い終わったらビニール袋に入れて袋を閉じて捨てる。
- ② 看病のたびにこまめに手洗いをする。
- ③ 看病する人も毎日2回は体温測定をして、感染症状が出てこないか十分に気を付ける。

◎厚生労働省のホームページにも「ご家庭内に新型コロナウイルス感染が疑われる場合」というのが、かなり詳細に掲載されています。こちらも参考にしね。

SNS心の相談について

厚生労働省では、新型コロナウイルス感染症の影響による心の悩みについて、チャット形式で相談を受け付けています。ネットにアクセスして相談する方式になっています。

受付時間：平日（18:00～21:30）土日祝日（14:00～21:30）

※新型コロナウイルスに関する一般的な相談は、県又は地域を管轄する保健所にご相談ください。

その他の千葉県の相談窓口

千葉県教育委員会より紹介があった、相談窓口の一覧です。

- 24時間子ども SOS ダイヤル（全国共通）0120-0-78310
- 千葉県子どもと親のサポートセンター（24時間）0120-415-446
- 子どもの人権110番（全国共通）千葉法務局内 月～金 8:30～17:15 0120-007-110
- ヤング・テレホン 千葉県警察少年センター 月～金 9:00～17:00 0120-783-497
- 千葉いのちの電話（24時間）043-227-3900
- チャイルドライン千葉 毎日16:00～21:00 0120-99-7777
- ライトハウスちば
千葉県子ども・若者総合相談センター 火～日 10:00～17:00 043-420-8066

みんなへ

最近昔のドラマとか再放送されてるよね。その中で「JIN-仁-レジェンド」というのを見たよ。脳外科医が江戸時代にタイムスリップしてしまうお話。その中で、コレラの感染が広がる場面があった。江戸時代の人には、感染したら諦めるしかなかったけど、仁医師は嘔吐・下痢がひどくて脱水症状になるのを防ぐために、江戸時代にもあった砂糖と塩で現代の点滴液を作り、患者さんに飲んでもらうのと、みんなに協力してもらって必要な針などの道具を作ってもらって命を救ったんだ。感染症が他の人にうつるのを予防するために、清潔・消毒・隔離などの方法をみんなに伝えて徹底してもらった。その結果、コレラが終息したんだ。感染症の予防方法は、普遍的なものだなんて、改めて感じさせられたドラマでした。