

ほけんだより



令和元年12月2日
大村高校 保健室

今年も残すところ1ヶ月となりました。

2年生(2~8組)は明日から修学旅行ですね。1組はすでに、アメリカ研修が始まっていますね。それぞれ有意義な旅行になりますように。

3年生は、受験に向けて追い込みの時期ですね。寝る間も惜しいでしょうが、睡眠も大切です。万全の体調で本番に臨めるよう、健康管理も忘れずに。

1年生は、期末考査が終わり、ホッとしているところでしょうか。気が緩む時に、敵(ウイルス)は体に入り込むものです。テスト勉強で無理をした体には栄養と休養をしっかり取って、ウイルスに負けない体を作りましょう。



今でも年間約1500件の報告・・・

日本ではHIV感染やAIDS発症が分かった人が、年間約1500件前後新たに報告されています。

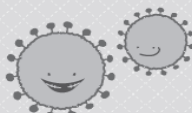
まだまだ「今」の病気です。でも、医療は進歩しています。一方で、偏見や差別はまだあります。皆さんには、未来のために、HIV・AIDSの「今」を知っておいてほしいと思います。



その1500件のうち、長崎県で2018年はHIV感染者2名、AIDS発症者2名の発生でした。

HIV (ヒト免疫不全ウイルス) って?

HIVは、ウイルスなどの外敵から体を守る役割をしている「免疫細胞」に感染して、体の免疫を壊すウイルスです。



性的感染

コンドームを使わないセックスなどで粘膜や小さな傷から感染

血液感染

注射器の共用による回し打ちや、医療現場での針刺し事故など
※現在、国内では輸血での感染はほとんどありません

母子感染

胎内で、あるいは出産時の産道、母乳から感染

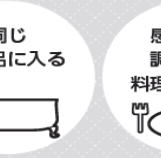
こんなことでは感染しません



握手をする



同じトイレの便座に座る



同じお風呂に入る



感染者が調理した料理を食べる



コップで回し飲みをする

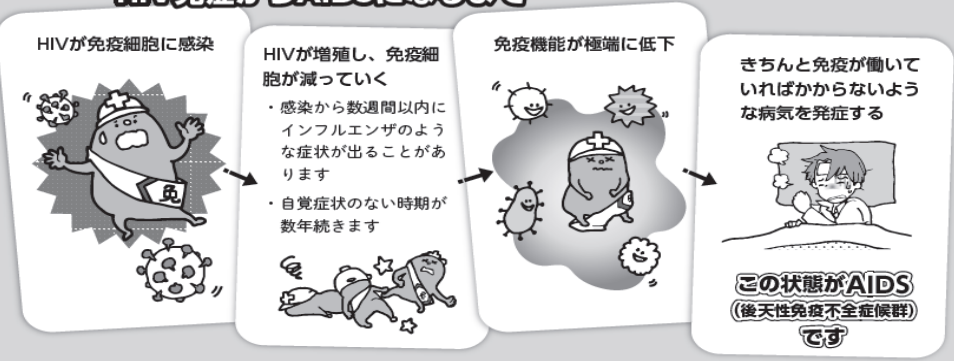


キスをする



ハグをする

HIV発症からAIDSになるまで



HIVが免疫細胞に感染

HIVが増殖し、免疫細胞が減っていく

- ・感染から数週間以内にインフルエンザのような症状が出る場合があります
- ・自覚症状のない時期が数年続きます

免疫機能が極端に低下

きちんと免疫が働いていればかからないような病気を発症する

この状態がAIDS (後天性免疫不全症候群) です

治療のいま

HIV/AIDSは、昔は不治の死の病でした。現在は、服薬によってHIVの増殖を抑制し、AIDSの発症を防ぐことができます。HIVに感染していない人と同じくらい長く生きられるようになりました。

適切な治療をすれば、生活を妨げる病気ではなくなってきたのです。

ただし...
早期発見が大切です。

Q 感染したかも…

A 4週間以内では検査で陰性になることも

ある程度ウイルスが増えてからでないで検査で感染を見つけることができません。およそ1カ月経ってから検査をすれば、感染している場合陽性になる確率が上がります。

Q どこで検査できる？

A 保健所、病院などで検査可能

保健所では、匿名・無料で検査ができます。予約が必要な場合もあるので、事前に電話確認を。



Q 他の性感染症との関連は？

A 性器の粘膜が壊れて感染しやすい

性感染症にかかっていて、性器の粘膜が正常な状態にないと、HIVに感染しやすくなります。粘膜が傷んでいる場合も同じです。



A 性行為で感染する病気

たった一度の性行為でも感染する可能性があります。また、自覚症状がない人も多く、知らないうちに大事なパートナーにうつしてしまったり、重症化するケースも。



他人事ではありません

性器クラミジア感染症について調べた研究では、性交渉の経験がある女子高生の13.1%、男子では6.7%で感染していたという報告もあります（日本性教育協会）。

主なSTI

梅毒

近年、爆発的に増加。陰部や口にできる痛みのない赤いしこりが主な初期症状。

性器ヘルペス

無症状の場合もありますが、性器に水疱ができ痛みが出て、再発を繰り返す場合も。女性に多いです。

性器クラミジア感染症

非常に多い性感染症。男性は尿道に炎症を起こし、排尿時にしみます。女性是不正出血や下腹部痛などが症状です。

淋菌感染症

男性に増加中。症状は、男性では強い排尿痛、尿道からの多量の分泌物など。女性ではおりものの増加や、排尿痛、頻尿があります。

尖圭コンジローマ

性器や肛門周辺にいぼがびっしりできます。がんの原因になる危険も。

トリコモナス症

女性に多く、悪臭のするおりものやかゆみがあります。不妊の原因になります。

B型肝炎

全身のだるさや黄疸などが出る場合があります。

症状が出ないこともあるので、検査するまで気づかないこともあります。女子は10人に1人以上の割合ですが、あくまで検査した人の割合で、実際はもっと多くの感染者がいると思われます。

性感染症について、今は関係ないと思うかもしれませんが、皆さんにも関わってくることです。正しい知識と行動力を身につけることが大切です。



みんな違う だからいい



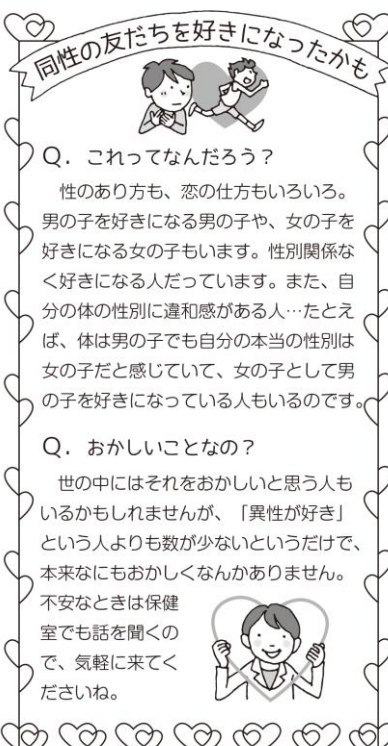
L (レズビアン：女性同性愛者)

G (ゲイ：男性同性愛者)

～性の多様性～

人は、それぞれ生まれつきの特性があります。目が一重や二重・奥二重、髪の毛がストレートかくせ毛・天然パーマ、目の色が明るい茶色かこげ茶・青、足の親指と人さし指どちらが長い、等々すべてが誰かと同じという人はいません。それと同じように、性的指向や性自認も生まれつきの特性です。生育環境や育て方などで決まるものではありません。自分の意志で選べるものでもありません。一人一人が正しい理解や認識を持つことが大切です。そして、互いにそれぞれの特性を尊重することが偏見や差別の解消に向けてより大切です。

B (バイセクシュアル：両性愛者)



Q. これってなんだろう？

性のあり方も、恋の仕方もいろいろ。男の子を好きになる男の子や、女の子を好きになる女の子もいます。性別関係なく好きになる人だっています。また、自分の体の性別に違和感がある人…たとえば、体は男の子でも自分の本当の性別は女の子だと感じていて、女の子として男の子を好きになっている人もいます。

Q. おかしいことなの？

世の中にはそれをおかしいと思う人もいますが、「異性が好き」という人よりも数が少ないというだけで、本来にもおかしくなんかないと思います。不安なときは保健室でも話を聞くので、気軽に来てくださいね。



12月1日は世界エイズデーでした。

1年生には、12月4日（火）県央保健所の保健師さんに性感染症に関する講話をしていただきます。エイズや性感染症は、遠い国のこと・都会の話ではなく、長崎県でも発生しています。感染しないための予防についてはもちろんですが、HIV/エイズについて正しく知ることによって偏見や差別をなくすことも大切です。

ネット上では、いろんな情報を得ることができますが、間違った情報に振り回されないこと、正しい情報を得る力も必要になります。

#API-Net（エイズ予防情報ネット）

#エイズ予防財団 などで検索すると正しい情報を得られます。

「人権」とは、

「すべての人が生まれながらに持っている、人間らしく生きていくために必要な、誰からも侵されることのない基本的な権利」です。

人権には、女性の人権、子どもの人権、高齢者の人権、障害のある人
の人権、同和問題、外国人の人権、HIV感染者・ハンセン病回復者
等の人権、犯罪被害者等の人権、インターネットによる人権侵害、
性的マイノリティの人権、その他様々な課題があります。