



健康だより

2010/11シーズンの
インフルエンザ情報

■ 今シーズンの流行状況 (国立感染症研究所感染症情報センターHPより)

2010年第43週(10/25-10/31)のインフルエンザの定点当たり報告数は0.15(患者報告数728)、長崎県で0.16(患者報告数11)と全国では2週連続で増加しています。

警戒レベルを超えている地域はまだ認められていませんが、北海道や沖縄で、患者報告数が多くなっているようです。

直近の2010年第38～42週の5週間では、インフルエンザウイルスの検出は、A香港型の割合が最も高く、次いで新型(A/H1N1)、B型の順となっています。

※ 1定点当たり報告数とは

各定点医療機関において1週間の間に診察したインフルエンザ患者の総数を保健所単位や県全体等の定点医療機関数で割った数字。10以上で注意報、30以上で警報となります。

■ 予防の基本

- ① マスク着用
- ② 手洗い・うがい
- ③ 外出を控える
- ④ 加湿を心がける
- ⑤ しっかり休養、睡眠を
- ⑥ バランスの良い栄養
- ⑦ ワクチン接種



■ インフルエンザワクチン接種のすすめ

今シーズンのインフルエンザ予防接種は、すでに10月1日から、各医療機関での接種が開始されています。今シーズンのワクチンは、これまでの季節性インフルエンザ(A香港型、B型)ワクチンと、新型インフルエンザ(A/H1N1)ワクチンが一緒になった3価ワクチン(インフルエンザHAワクチン)です。

昨年度は、ワクチン量の不足により、優先接種などがありましたが、今シーズンは、接種を希望する方全員が接種を受けることが出来ます。

接種回数は、13歳以上の方は1回(基礎疾患を有する者に接種する場合にあって、接種対象者が著しく免疫反応が抑制される場合は、医師の判断により2回接種となる)、13歳未満の方は2回となります。

接種費用は、市町村によって若干の違いがありますが、長崎市の場合は、1回3,600円(65歳以上の方は1,800円)となっています。詳細はお住まいの市町村へお問い合わせ下さい。

ワクチン接種が可能な接種医療機関については、長崎県の新型インフルエンザ情報のホームページからご確認ください。

↓↓↓

<http://www.pref.nagasaki.jp/iryousingata/vaccination/H22vaccine-index.html>

受けてみよう！
AIDS検査

■ 即日検査が匿名・無料でできます！

エイズを忘れていませんか？

男性のHIV感染者が増加しています。H21年国内の新規感染者は、1,021人、新規患者は431人で、長崎県では感染者の増加が見られています。また、感染者の多くが20～30代の若い世代です。

毎年、長大祭に合わせて、長崎市保健所による無料エイズ検査が行われています。今年も下記の日程で行いますので、ぜひ教職員の皆さまもご利用下さい。先着100名限定ですので、お早めに！

- 日 時 : 平成22年11月19日(金)
午後1時～3時まで
- 場 所 : 長崎大学 保健・医療推進センター

お問合せ: 長崎市保健所 TEL095-829-1153

ススンプック2010
募集開始します！

脱メタボプロジェクト『ススンプック』の募集を今年も開始します。職員定期健康診断でメタボリックシンドロームと判定された教職員の皆さまへ、近々お誘いのお手紙をお送りいたします。昨年度のススンプックでは、参加された方のほとんどがダイエットに成功し、2人に1人が脱メタボに成功しました。今年あなたの番です！皆さまのご参加お待ちしております！



お気軽にご相談ください！

● 長崎大学 保健・医療推進センター ●

○ TEL 819-2213(内2213) ○ ホームページアドレス <http://www.hc.nagasaki-u.ac.jp/>

