

# 健康だより

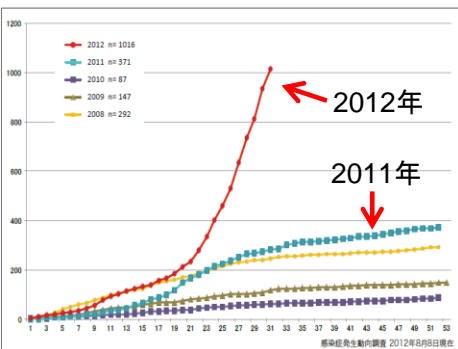


2012  
Vol.30  
Aug.



## 風疹 大流行中!!

～20-50歳代の男性は予防接種を～



風疹(3日はしか)の流行が2008年以降過去最高となり、8/8現在全国で1016例の報告が確認されています。発生の7-8割を占めるのは**20-50歳代の成人男性**です。一方で残りの2-3割を占める女性は、出産年齢とされる年代が72%を占めており、先天性風しん症候群が発生するリスクが非常に危惧される状況になっています。

### ★先天性風疹症候群 (congenital rubella syndrome: CRS) とは

免疫のない女性が妊娠初期に風疹に罹患すると、風疹ウイルスが胎児に感染して、出生児に先天性風疹症候群 (CRS) と総称される障がいを引き起こすことがある。CRS の3大症状は先天性心疾患、難聴、白内障である。それ以外には、網膜症、肝脾腫、血小板減少、糖尿病、発育遅滞、精神発達遅滞、小眼球など多岐にわたる。

※風疹について、詳しくは国立感染症研究所のHPへ→

<http://www.nih.go.jp/niid/ja/diseases/ha/rubella/392-encyclopedia/430-rubella-intro.html>

## 予防は予防接種のみ!

しかし、妊娠する可能性のある女性だけがワクチンを接種しても、周囲の人々に抗体がなければ風疹の地域的な流行は抑えられず、先天性風疹症候群の発生も防げない。

特に、**1990年4月1日以前生まれの人(特に男性)**は、まったく接種していないか接種していても1回のみで、抗体保有率がとても低い。

## 積極的に風疹含有ワクチン接種を受けましょう! 特に...

- ★ 今後妊娠を希望する女性やその家族
- ★ 風疹の罹患歴や接種歴がない、または不明な場合
- ★ 職場などで妊娠の可能性のある女性や妊婦に接触することのある20～50歳代の男性

## 現在、禁煙チャレンジ中!

禁煙チャレンジ中の、環境科学部支援課長中村修三さん。健康だよりVol.26でご紹介した調センター長の卒煙記事 [http://www.hc.nagasaki-u.ac.jp/kenkoudayori\\_26.pdf](http://www.hc.nagasaki-u.ac.jp/kenkoudayori_26.pdf) 等に触発され、6月からチャレンジを開始されました。現在チャンピックスで禁煙中です。ゴールまであとわずか! めでたく卒煙の折にはインタビュー記事を掲載しますので、みなさんあたたかいご声援をお願いいたします。長大の中にも少しずつ禁煙の輪が広がっています。あなたも一緒にニコチンフリーの生活を満喫しませんか?

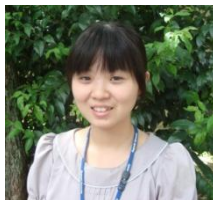
一緒に禁煙(脱ND)してみませんか?

※ND=ニコチン依存症

## シリーズ企画第一弾! カウンセラーさんご紹介

『いつでも・誰でも・気軽に』相談できる体制を取るため、保健・医療推進センターには7名のカウンセラーが在籍しています。みなさん個性豊かな楽しい方々ばかり。シリーズ企画で順番にご紹介していきたいと思っております。

第一弾は期待の新星、小川さやかカウンセラー。ホワンとした雰囲気の中に、芯の強さを感じさせる女性です。ぜひ身近に感じて、困ったときに気軽にご相談いただけたら...と思います。



健康だよりをご覧の皆様、はじめまして。カウンセラーの小川さやかです。普段は文教キャンパスの保健・医療推進センターで学生と教職員のカウンセリングをしています。自己紹介ということで、今回は私の好きなことを紹介してみようと思います。幼い頃から動物が好きだったのですが、4年前よりネコ(三毛猫)を飼い始めてからはネコが大好きになりました。猫を眺めていると心が穏やかになります。何はともあれ困ったことがある時は、一人で抱え込まず、一度お話に来てみてはいかがでしょうか。よろしくお願いします。

