

保健室だより

発行日 2016.1.8

関西看護医療大学保健室

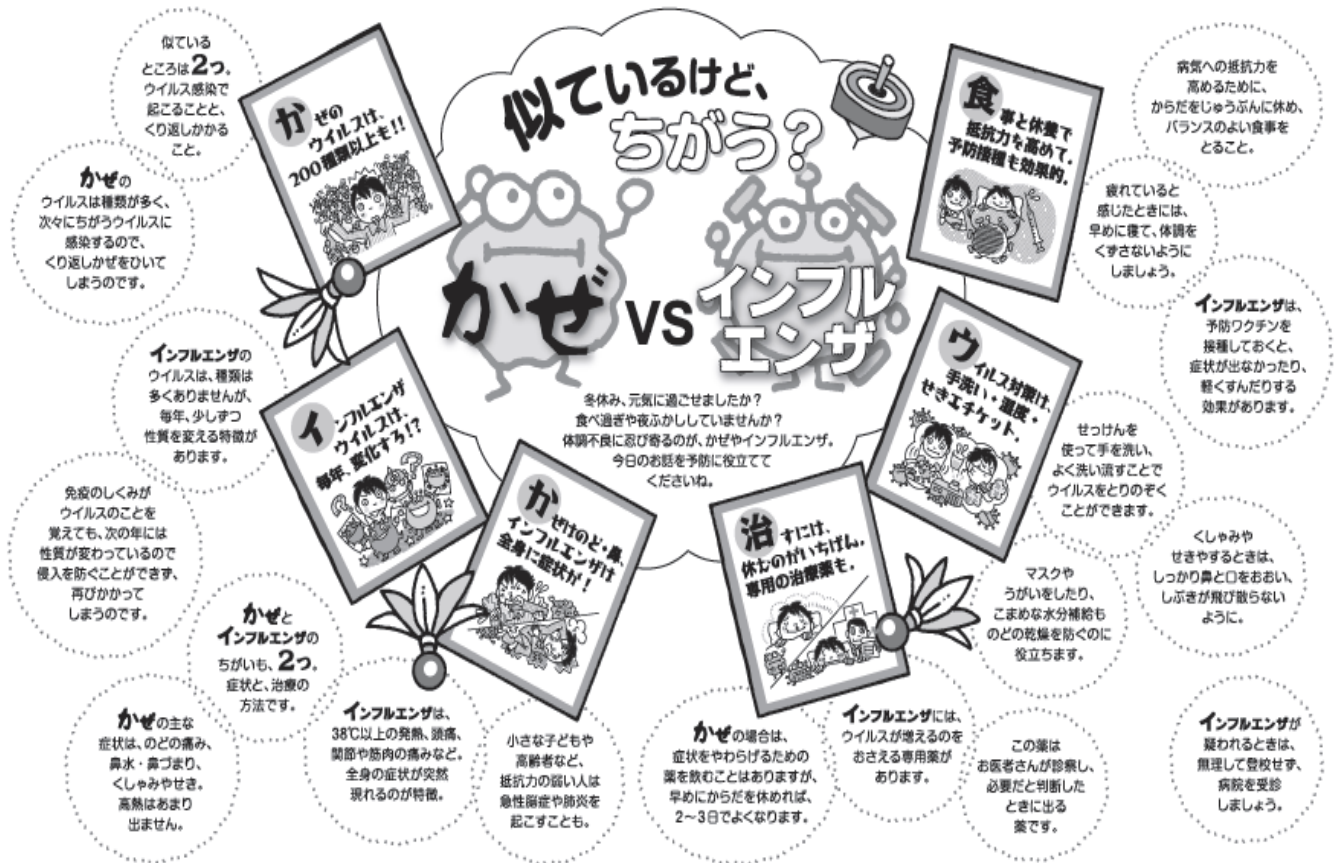
冬に流行する感染症について・コンタクト
レンズについて・保健室からのお知らせ

あけましておめでとうございます。新年を迎えて新しい気持ちになったところで、今年度の締めくくりをしていきましょう。実習・国試本番と体調管理が大切な時期ですが、感染症が流行するシーズンでもあります。しっかり予防と早めのケアで自分の体は自分で守りましょう。

冬に流行する感染症について

1. インフルエンザ…発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで出席停止

主な症状：急な悪寒・発熱（38度～）・倦怠感・筋肉や関節の痛みなど、一般的な風邪より重い症状。
ただし、風邪かな？と思っても予防接種を受けているから症状が軽いだけという可能性もあるので、早めの受診が大切です。



2. 感染性胃腸炎(ノロ・ロタウイルスなど)…医師が感染のおそれがないと認めるまで出席停止

主な症状：多くは突然の嘔吐から始まります。吐き気、嘔吐、下痢、腹痛が主な症状で、発熱は軽度。
下痢止め薬を使うと回復を遅らせてしまうことがあります。

…学校保健安全法に指定されている感染症（学生便覧51・52ページ参照）にかかったときは…

大学には電話で連絡し、『感染症治癒後・登校許可証明書』（学生便覧53ページをコピーまたは大学ホームページからダウンロード可能）を医師に記入してもらい、大学事務局教務係へ提出してから登学開始となります。

コンタクトレンズについて

使用している人が多いコンタクトレンズですが、正しく使用できていますか？おしゃれのためにカラーコンタクトを使用している人もいると思いますが、その危険性は知っていますか？

コンタクトレンズは高度医療機器です。きちんと知って、正しく使用してください。

また、コンタクトを使っている人は、目に何かトラブルが起こった時すぐはずすことができるように、必ずメガネ・コンタクトケースも持ち歩くようにしましょう。

コンタクトレンズを正しく使おう！

コンタクトレンズは、使い方を間違えると目の障害につながることも。

こんなことをしていませんか？

知っていますか？

コンタクトレンズは医療機器です。医療機器は、体への影響の程度によってクラス分けされています。コンタクトレンズはクラスⅢの「高度管理医療機器」。「不具合が生じた場合、人体への影響が大きいもの」とされており、これは人工骨や人工呼吸器と同じです。

カラーコンタクトレンズに注意！カラコンも「高度管理医療機器」。通販などで海外から送られてくるものの中には、粗悪品もあるので注意を！

コンタクトの正しい使い方は

- 装着する前に必ず眼科医の検査を受ける
- 眼科で自分にあったレンズを選んでもらう
- 装着の前には手を洗う
- レンズにキズや破損がないか確認する
- 交換サイクルを正しく守る
- 装着時間をこえないように
- レンズやケア用品の取り扱い方法を守る
- 異常を感じたら、すぐはずして眼科へ
- 調子がよくても眼科での定期検診は必ず受ける

眼科の定期検診では、こんなことをみます

- ▶ 目の障害がないか
- ▶ 度数の変化はないか
- ▶ コーブは合っているか
- ▶ レンズにキズや変形はないか
- ▶ レンズに汚れが付着していないか

…カラーコンタクトの危険性について…

- ★カラーコンタクトの着色料が原因で目に傷がつくことがあります。
- ★多くの人がコンタクトレンズを「価格」で選び、「酸素透過性」「素材」「着色料」を気にしていないというデータもあります。
- ★カラーコンタクトレンズは着色してあるため酸素が通りにくく、目が酸素不足になりやすいです。
- ★カラーコンタクトレンズも高度医療機器です。度がなくても必ず眼科で処方してもらう必要があります。量販店・ネットでの安易な購入はお勧めできません。

保健室からのお知らせ

①平成28年度健康診断について

平成28年度は下記の日程で健康診断を予定しています。

平成28年4月4日(月) 全学生(学部・院)対象 (教職員も同時実施)

全員、欠席しないようにして下さい。

当日受けられなかった場合は、自費で検査を受けてもらう必要があります。

②インフルエンザ発症時のWill請求について

『実習前に予防接種を打っていたにもかかわらず実習中にインフルエンザにかかってしまった場合』は、検査費用・治療費用がWillの対象となります。手続きは保健室から行いますので、保健室へ連絡してください。