

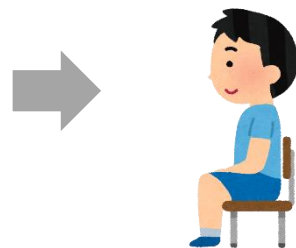
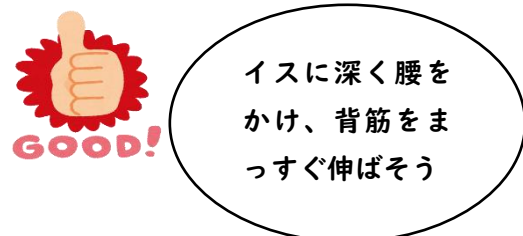
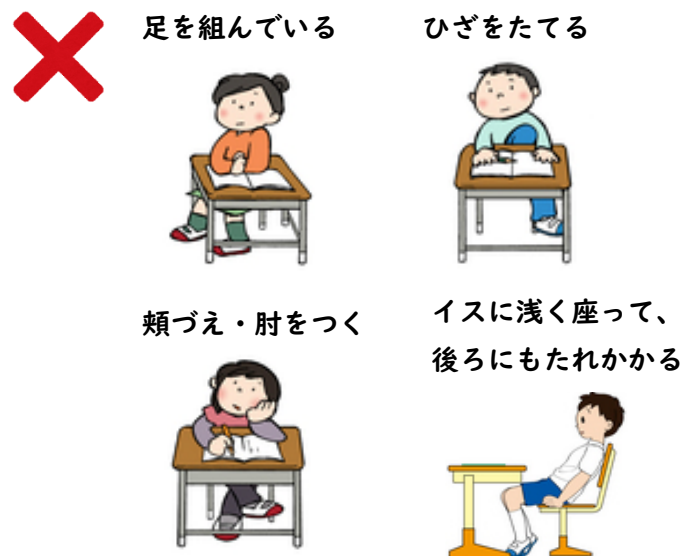
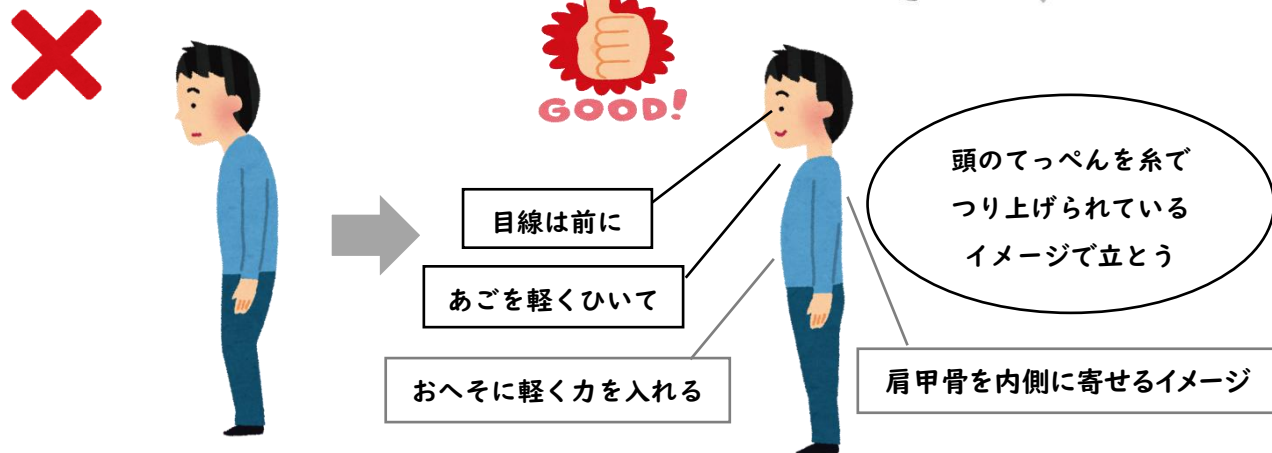
ほけんだよ 11月

令和6年11月
保健室

姿勢を見直そう

姿勢が悪いと体にも悪い影響があります。

- ◎肩こりや腰痛などの不調がでてくる
- ◎内臓が押されて動きが悪くなり、太りやすくなる
- ◎血液循環が妨げられ、集中力が低下する。

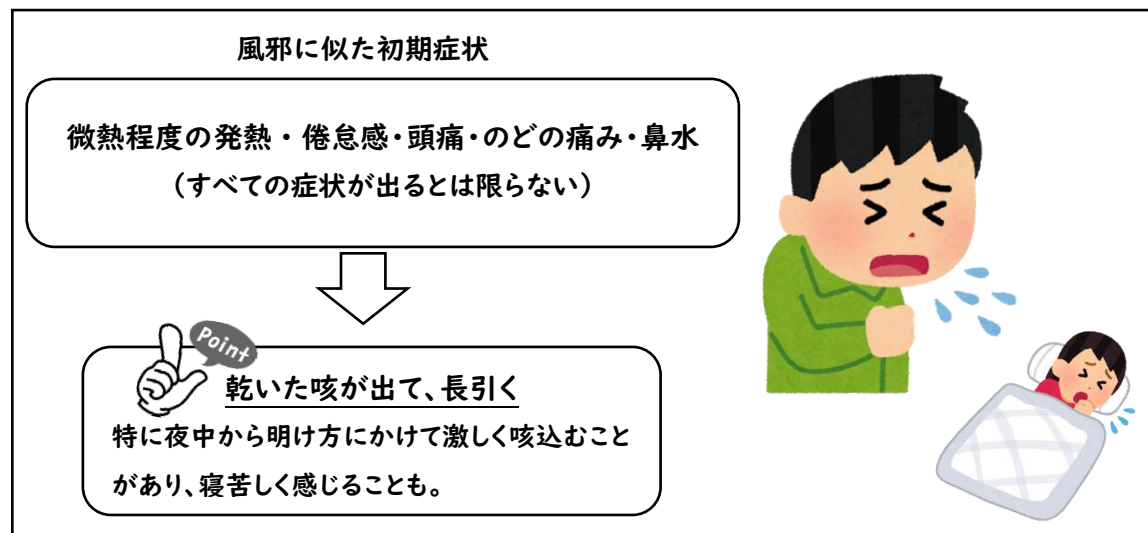


マイコプラズマ肺炎が流行しています!

マイコプラズマ肺炎の患者数が全国的に増加し、過去最多の感染者数となっています。

マイコプラズマ肺炎の主な感染経路は「飛沫感染」と「接触感染」です。潜伏期間は2週間～3週間で、症状が出ていなくても感染力があり、気付かないうちに感染を広げてしまうこともあるため「歩く肺炎」とも呼ばれています。手洗いなどの基本的な感染対策や、せきの症状がある場合にはマスクを着用する等、蔓延防止を心がけてください。

【特徴】



- 【予防】 ・手をしっかり洗おう ・咳エチケット ・マスクを着けよう



マイコプラズマ肺炎は、抗菌薬の服用で治癒する病気です。風邪と見分けるのは難しいですが、咳が1週間以上続く場合は、病院を受診するようにしましょう。

参考: 大正健康ナビ マイコプラズマ肺炎