



紫陽花の花も色づき始めています。まもなく梅雨に入ります。

最近、麻疹流行というニュースを耳にしました。

暑かったり寒かったりと体調を崩しやすいので、健康には十分気をつけて下さい。

また、食中毒にも気をつけて、元気に梅雨を乗り切っていきましょう。

歯の衛生週間

6月4日の「虫歯予防デー」より1週間は「歯の衛生週間」です。

どんな歯ブラシがいいのかな？	ブラッシングのポイントは？	歯磨きにかかる時間は？
<ul style="list-style-type: none"> ・ブラシの部分が指2本分の幅がある ・毛先が揃っているもの ・柄が握りやすいもの 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯ブラシを90度の角度にあてて、左右に動かす。 	<ul style="list-style-type: none"> ・1箇所を磨く時間の目安は、30秒位です。

みなさんの歯とお口の健康をつくるために、歯医者さんへ定期的に歯科健診しましょう。

強い感染力のある麻疹とは？



麻疹とは麻疹ウイルスに接触、飛沫、空気感染後10～12日間の潜伏期間を得て発症します。

【 症状 】

まずは38℃前後の発熱、せき、鼻水、目の充血、下痢。

また頬の内側にコプリック斑という麻疹に特徴的な白い斑点ができます。

その後全身に発疹が広がり、鼻水や咳などの症状もひどくなり熱もさらに上がります。

回復期になると熱も下がり、発疹は茶褐色の色素沈着を残した後だんだん消えていきます。

【 合併症 】

肺炎や中耳炎を合併しやすく、1000人に1人の割合で脳炎を発症します。

麻疹の脳炎は重症化しやすく、後遺症が残ります。

どうやって予防するの？

麻疹は現時点で有効な治療薬がなく、MRワクチン接種で予防することが重要です。

定期接種では1回目1歳の時、2回目は小学校入学前の1年間に打つことになっています。

以前予防接種を受けた方が再度追加接種することは問題ありません。

予防接種の確認は母子手帳に残っていますので、この機会にぜひ確認してみてください。