

皮膚感染症(カポジ・ヘルペス・带状疱疹・とびひ…)を予防しましょう

アトピー性皮膚炎の方は皮膚のバリア機能が十分ではありません。

皮膚感染症は皮膚にかかる刺激、ストレス、疲労などが発症の要因となります。

ご自分の為にも、周りの方のためにも十分な配慮をお願いいたします。

ふれあいセンター2階

1. 変だな…、と思ったらすぐに健康相談員にご相談ください！

患部がかさぶたになって乾くまでは、他の方へうつす可能性が高いため【原則入浴禁止】とさせていただきます

自己判断で入浴せずに、必ず健康相談員にご相談下さい。宿のお部屋についているユニットバスの利用は、頭痛や発熱が治まった頃、軽く汗や表面の汚れを流す程度でしたら可能ですが、まずは安静と休養を優先して下さい。[健康相談\(0162-82-3782 コンシェルジュデスク内\)](tel:0162-82-3782)

2. 入浴前はしっかりシャワー、湯船から上がった後はしっかりかけ湯！

皮膚についた常在菌や汚れを洗い流してから浴槽に入りましょう。浴槽の中では肌をむやみにこすらないようにしましょう。

湯上りのかけ湯は吐水口からの温泉をぬるめに薄めて利用するなどがおすすです。ご案内は2階コンシェルジュデスクでしております。

3. 使っているタオルは棚、ベンチなどに置かない！

ご使用中のタオルには特に細菌やウイルスなどが付着している可能性が高いので、むやみに共有スペースに置かず袋に入れるなどしてお部屋にお持ち帰り下さい。

4. 湯治の頑張りすぎに注意！

入浴の研究、アンケート結果から15~20分くらい、1日2回程度の入浴を推奨しています。入浴のし過ぎは「疲労→免疫力の低下→皮膚感染症発症のリスクを高める」ことにつながります。体調にゆとりがでてきたら運動や食、ストレスの緩和へ意識を向け、帰宅後も続けられる習慣を身につけましょう。

起こりやすい感染症…

口唇ヘルペス

ヘルペスウイルスによるもの。体内にとどまっているウイルスが風邪の後や季節の変わり目等で活発化する、一般的にも良く起こりやすい。口の周りにむず痒い赤い発疹や水泡ができる。

カポジ水痘様発疹症

ヘルペスウイルスによるもの。一般的には口唇ヘルペスで終わるがアトピー性皮膚炎の方は皮膚バリアや抵抗力が弱っている場合が多く、重症化しやすい。主に顔から首にかけて同一性の水泡や発疹が急激に広がる。発疹の前に風邪に似た症状(発熱、頭痛等)から始まることもある。

带状疱疹

体内にとどまっている水疱瘡(みずぼうそう)のウイルスが、疲労や体力低下などで発症する。水疱瘡にかかったことのない乳児や予防接種をしていない幼児にはうつす可能性がある。

とびひ

黄色ブドウ球菌によるもの(水ぶくれ、痒み)と溶連菌によるもの(赤いかさぶた、発熱、リンパ節の腫れなど)があり、大人の場合は溶連菌によるものが多い。いずれも健康な人の肌や鼻の中等にいる常在菌。感染力は強い。

流行性角結膜炎

アデノウイルスによるもので感染力が強い。充血、目やに、涙目等。抗炎症、抗菌などの点眼薬で対処する。ふき取った目やにや涙で感染を広げる。