

ほけんだより 臨時2号

令和2年2月21日発行

新型コロナウイルス【COVID-19】の国内感染者が確認されてから約1か月半がたち、『いつどこで、うつされたのかわからない[市中感染]』感染の拡大が懸念されています。

私たちは、新型コロナウイルス【COVID-19】に感染しないためにどのようなことに気を付けたらよいのでしょうか。また、感染した疑いがあった場合はどのようにしたらいいのでしょうか。

厚生労働省のHPより紹介します。



新型コロナウイルスの感染者数

日本 47人 (R2. 2/17現在)

Q1：新型コロナウイルス感染症はどのように感染するのでしょうか？

A1：現時点では、飛沫（ひまつ）感染と接触感染の2つが考えられます。
 飛沫感染とは、くしゃみ・咳・つばなどと一緒にウイルスが放出され、他者がウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。
 接触感染とは、感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスが付きます。他者がその物を触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触って粘膜から感染します。

Q2：マスクをした方がよいのはどのような時ですか？

A2：マスクは、咳やくしゃみによる飛沫（ひまつ）及びそれらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐ効果が高いとされています。咳やくしゃみ等の症状のある人は積極的にマスクをつけましょう。
 予防用にマスクを着用することは、混み合った場所、特に屋内や乗り物など換気が不十分な場所では一つの感染予防と考えられますが、屋外などでは、相当混み合っていない限り、マスクを着用することによる効果はあまり認められていません。（マスクは毎週1億枚以上を届けられるようになります）

Q3：感染症を予防するために注意すべきことはありますか？

A3：まず、石鹸やアルコール消毒液などによる手洗いを行なってください。
 咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手でおさえると、その手で触ったドアノブなど周囲のものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他者に病気をうつす可能性がありますので、咳エチケットを行なってください。

Q4：感染が疑われる場合、どこの医療機関に行けば検査、診察をしてもらえますか？

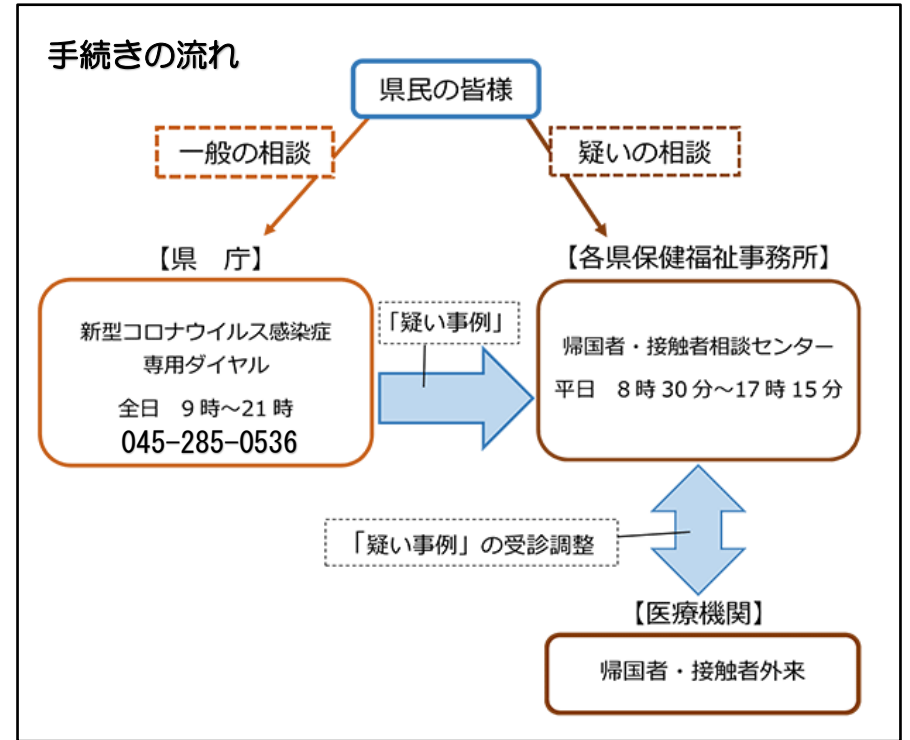
A4：風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続く場合、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合には、最寄りの保健所などに設置されている「帰国者・接触者相談センター」にお問い合わせください。
 「帰国者・接触者相談センター」で、発熱や咳などの症状がある方については、「帰国者・接触者外来」を設置している医療機関をご案内します。感染が疑われる方から電話での相談を受けて、必要に応じて、帰国者・接触者外来へ確実に受診していただけるよう調整します。受診を勧められた医療機関を受診し、複数の医療機関を受診することは控えてください。

*帰国者・接触者相談センターの目的

電話相談を通じ、感染の疑いのある方を、診療体制の整った医療機関に確実につなぎ、受診させることで、まん延をできる限り防止する。

感染の疑いとは

- 発症前2週間以内に「新型コロナウイルス感染者」と濃厚接触した者で、発熱（37.5℃以上）または呼吸器症状を有する者
- 発症前2週間以内に「湖北省及び浙江省を訪問した者」または「湖北省及び浙江省への渡航歴がある者と濃厚接触をした者」で、発熱（37.5℃以上）かつ呼吸器症状を有する者



新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は手洗いです。

①手洗い

流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

正しい手の洗い方

手洗いの前に
 ・爪は短く切っておきましょう
 ・時計や指輪は外しておきましょう

指先・爪の間を念入りにこすります。

②

手の甲をのぼすようにこすります。

③

指先・爪の間を念入りにこすります。

④

指の間を洗います。

⑤

親指と手のひらをねじり洗いします。

⑥

手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。