

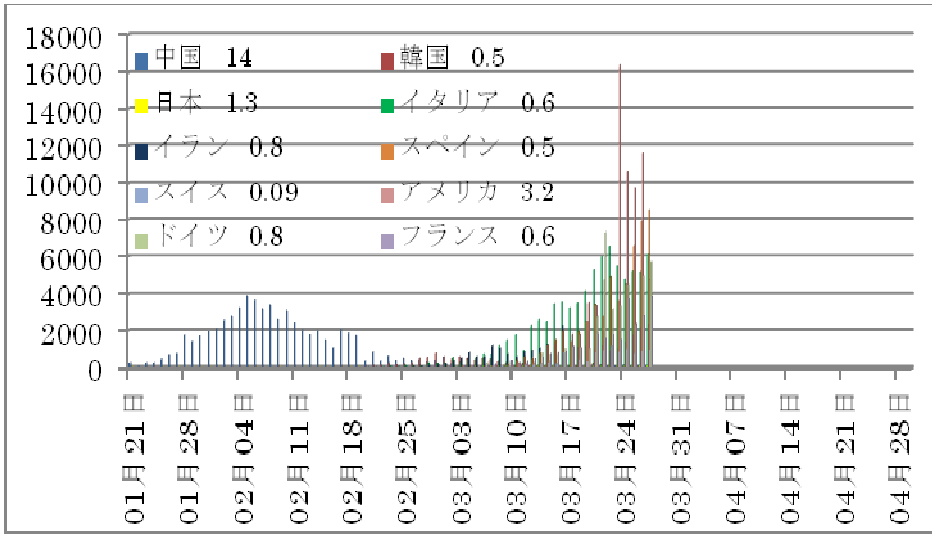


二十二十年三月三十四

☆ 新型コロナウイルス感染症に不安を持たれている方のために、医学的な知見に個人的な見解を加えて、解説したいと思います。

☆ 現在、世界的に大流行を起こしている新型コロナウイルス感染症 COVID-19 は、日本では奇跡的に爆発的な感染を起こしていませんが、その理由を説明できる学者はおらず、感染自体が増加傾向である現時点、日本でも明日 爆発的感染が起こってもおかしくない状況です。

世界における新規感染者数の推移



▽ 感染拡大を防ぐには**三つの蜜を避ける**

- ◇ **密閉**された空間を避ける
- ◇ **密集**する人の集まりを避ける
- ◇ **密接**な会話・接触を避ける

☆ **密閉を避ける**のために、定期的な換気が推奨されます。医院では窓を開放することができません。

☆ **密集を防ぐ**ために、外来は予約をさせています。密閉を避けるために、外来は予約を活用していただき、できる限り待合に人が密集しないように心がけています。診療には**密接な接触**や会話が必要な時があります。これは避けられないことですが、標準予防策を順守することで対応しています。そのためにも職員はマスクを着用させていただいております。皆さんも家庭や、職場であるいは外出時にもできる限り心がけるようにしましょう。

☆ **手洗い・うがい**



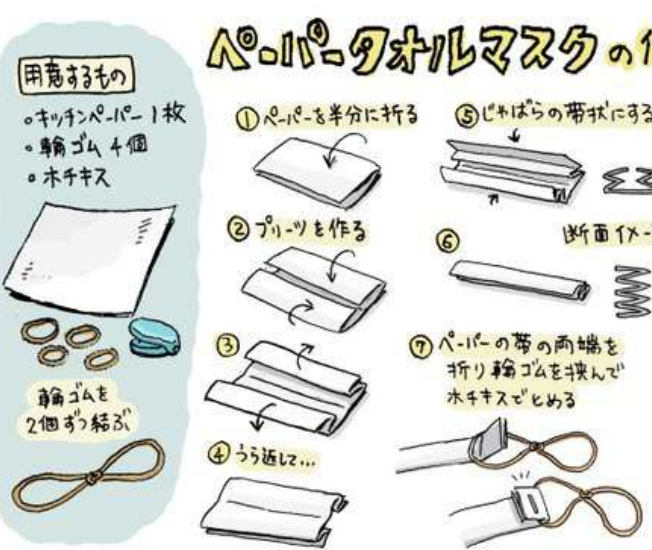
☆ 石鹸による十分な手洗いは最も有効な接触感染予防です。手洗いの手順を十分理解して、しっかりと洗いましょう。その時に手荒れが起ります。手荒れには個人専用のハンドクリームを活用してください。おうちに帰ったら、うがいをしましょう。水道水で十分です

☆ **施設においては消毒**

☆ ドアノブや共用の器材にはウイルスがいるかもしれません。その都度アルコールで消毒をするようにしております。
☆ 施設内にジアイノ(次亜塩素酸ミスト)を稼働させることや、加湿器に次亜塩素酸水を混ぜることによって、施設内のウイルスをかなり減少させていると思われまます。それでも共用の器材にはウイルスが残っているかもしれないと常に思うことは重要です。

☆ **マスクの着用**

☆ ウイルスの数が多ければ多いほど感染力は強いはずですが、市販のサージカルマスクはPM2.5 (2.5マイクロの粒子)を99.9%防御します。会話や咳で発生する様々な大きさの飛沫のなかにはウイルスがいます。大きな飛沫には当然大量のウイルスがいますが、大きなものはすぐに落下するでしょう。問題は小さな浮遊する飛沫です。マスクをすれば、その浮遊飛沫の吸い込みをかなり防御できるでしょう。何よりも、飛沫を出すほうがマスクをすれば大量のウイルスがマスクに吸着されるはずですが、マスクをつけた者同士が会話をした時、マスクな



しに比べウイルスの伝播はおそらく一万分の一以下になると思えます。それが感染の可能性を減らさないはずはありません。マスクの効果を疑問視する意見もありますが、できることを

☆ **消毒液が不足しています。**
☆ 全国的に消毒液が不足しています。コロナウイルスに有効な消毒液は、アルコールと次亜塩素酸です。アルコールはできれば七五%以上の濃度のもので望ましいですが、アルボナースなど界面活性剤を入れたアルコールであれば十分有効でしょう。現在入手困難となっています。代用になるのは次亜塩素酸ナトリウムです。子育て世代であればミルトンになじみがあるでしょう。成分はハイターやブリーチとほぼ同じです。希釈して使えば、器具や手に触るものの消毒には十分です。手に用いますと手がかなりあれますので、手の消毒は手洗いのほうが良いと思えます。

☆ ウイルス自体は紫外線に弱いし、熱にも弱いので、洗濯や洗浄をしっかりと行うことが感染予防につながります。

医院からのお願い

- ★ 医院に来られるのは最小限にしてください。その同伴必要ですか？
- ★ 体温を自宅で計って来てください。発熱があればあらかじめ連絡をください！
- ★ 診療所入り口で体温を測ります。発熱者は車内での待機をお願いすることがあります。
- ★ 入り口で消毒・マスクをしてください

コロナニュース ① 二十二十年三月三十日発行
編集・文責 村松正俊