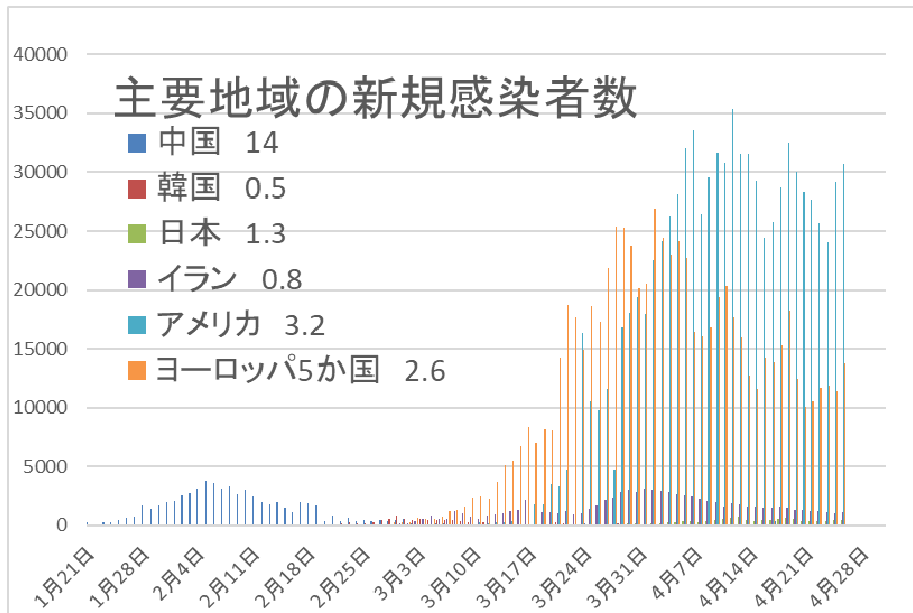


# コロナニュース5

二十二年四月二十七日

## ★人々の接触を控えてほしいです

- ☆ 人との接触を8割減らす10のポイント(厚労省)
- ① ビデオ通話によるオンライン帰省
- ② スーパーは一人でまたは空いている時間に
- ③ ジョギングは小人数で、公園はすいた時間・場所を選ぶ
- ④ 待てる買い物は通販で
- ⑤ 飲み会はオンラインで
- ⑥ 診察は遠隔診療
- ⑦ 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ⑧ 飲食は持ち帰り、宅配も
- ⑨ 仕事は在宅勤務
- ⑩ 会話はマスクをつけて



☆ **感染の傾向**・中国、韓国は抑え込みに成功。第2波の発生がないことを祈ります。欧米の感染は減少傾向だが絶対数が多く、終息にはかなりの時間が必要。これから発展途上国の感染爆発が心配。先進諸国も無傷ではいられないでしょう。さて日本は？

☆ **ウイルスとの共存**・蔓延したCOVID-19が地球上から消えることはなく、インフルエンザと同じように共存していくことが必要となるでしょう。そのため必要なのは、特效薬とワクチン、診断検査(PCRなど)と抗体検査です。

☆ 検査による早期診断・特效薬による早期治療、ワクチンによる集団免疫獲得、抗体検査による感染リスクの確認。これらが機能してはじめて、安心して社会生活が送れるようになります。特に治療薬、ワクチンがはやくできることを祈りましょう。人類の力で成し遂げられると思います。それまでウイルスとの持久戦です。

☆ **検査とくすり**・**検査には2種類あります**

☆ 今感染しているのか(PCR検査と抗原検査)すでに感染したのか(抗体検査)の2種類です

☆ PCR検査はウイルスの遺伝子を増やして検出するので手間と時間がかかります。検査が増えない理由の一つです。抗原検査はインフルエンザの流行期に診療所で15分くらいでしているものです。増幅させずに検出するので時間がかかりませんが、新型コロナウイルスではまだ実用化されていません。いずれも検体を取る時に飛沫を浴びるリスクがあります。手間の必要ない理由の一つです。

☆ 抗体検査は簡便なキットができていますが、まだ正確性に問題があります。血液中の抗体を調べますので、採血など少量の出血を伴う検査です。飛沫や接触を最小限に減らすことができそうです。体内に抗体があれば、一度感染したといえます。免疫ができてくる可能性があります。



☆ **お薬には治療薬とワクチンがあります**

☆ 治療薬として期待されているのは、病原体を狙ったエボラ出血熱治療薬・抗インフルエンザ薬・抗HIV薬・抗寄生虫薬と、症状の緩和に使われる、喘息治療用の一部のステロイド、重症患者に使われる酵素阻害薬などですが、重症化したら昇圧薬や抗不整脈薬など重症患者管理の薬が使われるでしょう。その延長に人工呼吸器やECMO(人工心臓)があると考えられます。つまり自身の治療力が最も重要です。

☆ ワクチンは感染していない人に投与して、その人自身にウイルス固有の抗体を作らせるためのものです。最も期待されていますが、ワクチンを打ってもインフルエンザにかかる人がいます。1回のワクチンで一生效果な場合もあれば、インフルエンザのように毎年必要な場合もあります。どんなワクチンができるかまだ分かりません。新型コロナウイルスのワクチン開発を世界中が競争しています。世界的な規模の感染ですから自国での生産が必須と考えられます。

☆ **桑名市では他市にさきがけPCR検査の検体採取センターが稼働しています。**かかりつけ医師の診察を受けてPCRの検査が必要と判断されたら、指定された日時(週5日昼過ぎの1時間)に指定場所で行っています。完全予約制で勝手に行っても検査はしてもらえません。保健所や基幹医療施設の負担が少しでも減るとよいですね。

▽ **体調が悪い時、発熱が続く、全身倦怠感が強い、息が苦しいとき、味覚・嗅覚が落ちた時も、まずかかりつけ医に電話で相談しましょう。**

☆ **軽症者は施設待機となりました!**

☆ 埼玉県での悲劇を受けて4月24日厚労省は軽症者でも施設待機を原則としました。当然の処置です。感染から1週間程度で突然病状が悪化するグループがいるようで、2日待つというのは危険です。

コロナニュース ④ 二十二年四月二十七日発行  
編集・文責 村松正俊

**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。同伴は原則1名以下でおねがいします
- ★ 電話再診も利用ください
- ★ 体温を自宅で計って発熱があればあらかじめ連絡をください!
- ★ 医院の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します
- ★ 入り口で手指消毒・マスクをしてください。

☆ 当初4日待てとか2日待てという指示が厚労省から出されていましたが、新型コロナウィルス感染症はかなりたちが悪いことがわかってきました。待っている間に急激に悪化することがあります。体調が悪いと感じた時、置き薬を飲むとか、仕事を休んで自宅で安静にするというのは、最低限必要なことですが、無理をなさらないようにしてください。心配なら早めにかかりつけ医や保健所に相談しましょう。

▽ 高齢者や妊婦がいる家庭・持病をお持ちの方は早めに電話相談をしてください。

☆ **当院での感染予防対策**

☆ 四月二十日よりリハビリ部門を休止しております。なにとぞご理解ご協力のほどよろしくお願いたします。どうか自宅でできる範囲でリハビリテーションをお続けください。

☆ **電話投薬・電話再診の活用をお勧めしています。**オンライン診療導入の準備をしておりますが種々の都合によりビデオ通信によるオンライン診療は5月以降になりそうです。電話再診による暫定的なオンライン診療(再診のみ)は午後二時半から三時迄の間行っております。

☆ 待合室の使用可能な椅子も制限しております。お車で待機してください。

☆ **外出を控えて・家にいてください!**




## 人との接触を **8割減らす**、**10のポイント**

緊急事態宣言の中、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。  
新型コロナウイルス感染症から、**あなたと身近な人の命**を守れるよう、日常生活を見直してみましよう。


**1** ビデオ通話で  
**オンライン帰省**



**2** スーパーは1人  
または**少人数で**  
**すいている時間に**



**3** ジョギングは  
**少人数で**  
公園は**すいた時間、**  
**場所を選ぶ**



**4** 待てる買い物は  
**通販**で



**5** 飲み会は  
**オンライン**で



**6** 診療は**遠隔診療**  
定期受診は間隔を調整



**7** 筋トレやヨガは  
**自宅で動画を活用**



**8** 飲食は  
**持ち帰り、**  
**宅配も**



**9** 仕事は**在宅勤務**  
通勤は医療・インフラ・  
物流など社会機能維持  
のために



**10** 会話は  
**マスク**をつけて



**3つの密を**  
**避けましよう**

1. 換気の悪い**密閉空間**
2. 多数が集まる**密集場所**
3. 間近で会話や発声をする**密接場面**

**手洗い・**  
**咳エチケット・**  
**換気や、健康管理**  
も、同様に重要です。

