

コロナの時代

新型コロナウイルスによって、3密（密集、密接、密閉）を避けるのが社会通念となった。ヒトが集まるのが困難な世の中になった。我々ホモサピエンスは集合し、力を合わせることで発展の礎としてきた。集合しなかった屈強なネアンデルタール人は滅亡したといわれる。集合するにはコミュニケーションという手段が必要だ。ヒトは、元来、集まる傾向にあり、コミュニケーションをとるのが特性なのである。Web という新しい道具は、我々の世界を、社会を、変えていくだろう。人間関係は疎になるのだろうか？



朝モヤの太郎平（北アルプス・薬師岳の麓） 撮影：小川 洋史

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）

新生会第一病院 院長 小川 洋史

2019年12月から、中国 武漢の新型コロナウイルス関連肺炎発生の報告報告がされるようになってきた。2020年2月豪華客船ダイヤモンドプリンセス号の乗員乗客の新型コロナウイルス集団感染があり、その頃、国内でも感染者が増え始めてきた。そして4月7日、全国的かつ急速に蔓延、国民生活、国民経済に甚大な影響をおよぼす恐れあり緊急事態宣言が出された。沈静化方向となり、5月25日に全国で解除された。しかし、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の第2波、第3波が来襲する可能性は否定できない。

1) コロナウイルスとは

ヒトに感染するウイルスはすでに6種類が知られている。そのうち4種類は風邪の原因となるウイルスで、2種類は、動物から感染する重症感染ウイルスの2種類（SARS、MARS）が知られている。今回の中国で見つかったウイルスは、今までに見つかった6種類とは異なるコロナウイルスである。

• ウィルス学的特徴

電子顕微鏡で観察されるコロナウイルスは、直径約 100nm の球形で、表面に突起が見られ、王冠（ギリシャ語で corona）に似ている。

• SARS

コウモリのコロナウイルスがヒトに感染して、2002年中国広東省で発生した。2002年11月から2003年7月の間に30を超える国や地域に拡大した。感染者 8,069人、うち 775人が重症肺炎で死亡した（死亡率 9.6%）。

• MARS

ヒトコブラクダのコロナウイルスがヒトに感染して、2012年サウジアラビアで発生した。2019年11月30日時点で、27か国で 2484人の感染がWHOに報告され、そのうち 858人が死亡した（死亡率 34.4%）。

2) COVID-19 の症状

発熱、全身倦怠、乾いた咳、呼吸困難（重症例）、その他、のどの痛み、鼻水などを訴える。

しかし、無症状の場合もあり、一般の市民生活を送るヒトで感染している（市中感染）と考えてよい状況である。

3) COVID-19 の潜伏期間

潜伏期間は 1～12.5 日（多くは 5～6 日）とされ、感染者は 14 日間の健康状態の観察が推奨される。

4) COVID-19 の感染源、感染経路

感染源は明らかではない。主な感染経路は飛沫感染、接触感染と考えられている。

・飛沫感染

咳やくしゃみをした時に、ウィルスが飛び散り、周囲の人がそのウィルスを口や鼻から吸い込み、体内へ入ることで感染する。

・接触感染

ウィルスが付着したドアノブ、手すり、つり革、スイッチ、キーボードなどに触れて感染する。

5) COVID-19 の予防対策

・マスクの着用

飛沫感染の予防対策

・手洗いの徹底

ウィルスが付着した手、口、鼻に触れて起こる接触感染の予防対策。

石鹸を使った手洗い、手指消毒用アルコールの使用。

・環境消毒（60%以上の高濃度アルコールで身の回りの除菌・消毒）

手でよく触れるドアノブ、テーブル、手すり、リモコン、電気スイッチ、パソコンキーボードなどを、こまめに拭いたり、除菌スプレーを吹き付ける。

6) COVID-19 の治療方法

アビガンなどが挙げられているが、現時点では有効な薬剤であると証明されたものはない。今後に期待するしかない。ワクチンも開発途上である。

7) COVID-19 の「第2波」、「第3波」

スペイン風邪といわれるインフルエンザ感染症は、世界中に拡散し、今回の COVID-19 と同じようにパンデミックとなった。1918 年 3 月に第 1 波が襲来、1918 年秋に第 2 波が襲来した。死者は第 2 波の方が多く、第 1 波の 10 倍といわれている。翌 1919 年に第 3 波が襲来している。我が国のスペイン風邪の患者数は 2,300 万人、死者数 38～45 万人といわれている。

わが国において、COVID-19 の非常事態宣言は 2020 年 4 月 7 日に出され、5 月 25 日に解除されたが、6 月 2 日、東京都においては感染者数の増大の懸念から東京アラートが出された。

8) COVID-19 の感染者数、死者数

2020 年 5 月 31 日時点で、世界の COVID-19 感染者数は 600 万人を超え、死者数は 36 万 6,848 人であった。6 月 20 日時点のわが国の蓄積感染者数は 17,799 人、死亡者は 952 人であった。

正しいマスクの着脱、手洗い、うがい方法について

薬剤科 院内感染対策委員 田中 義輝

新型コロナウイルスの影響で、マスクの着用、手洗い、うがいなど感染予防を心がける人がとても多くなりました。しかし、これらの対策も正しい方法で行わないと、感染予防効果が大きく低下してしまいます。そこで今回は「マスクの着脱」、「手洗い」、「うがい」についての正しい方法を紹介합니다。

マスクの着脱方法

着け方
(ブリーツ型)



1 ノーズピース（針金）部分に折り目をつける



2 ゴムひもを耳にかける



3 針金を顔の形に合わせる



4 蛇腹をあごの下まで伸ばし鼻と口を覆う

外し方

表面に触れないようにゴムひもの部分を持って外します。不織布マスクの場合は、使用後速やかに廃棄します（ガーゼマスクの場合は、洗濯をすることで繰り返し使用が可能）。マスクを外した後は必ず流水＋石鹸、または手指消毒薬で手指衛生を行いましょ。

手洗いの方法



1 手指を流水でぬらす



2 石けん液を適量手の平に取り出す



3 手の平どうしを擦り合わせよく泡立てる



4 手の甲をもう片方の手の平でもみ洗う（両手）



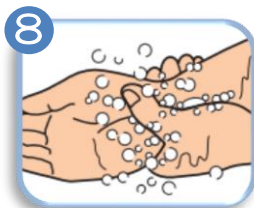
5 指を組んで両手の指の間をもみ洗う



6 親指をもう片方の手で包みもみ洗う（両手）



7 指先をもう片方の手の平でもみ洗う（両手）



8 両手首までていねいにもみ洗う



9 流水でよくすすぐ

うがいの方法

- ① 水を口に含み、少し強めに「ブクブク」とゆすいでから吐き出す。
- ② 再び水を口に含み、上を向きのどの奥で「ガラガラ」とうがいをする（15秒くらい）。
- ③ もう一度②を繰り返す。

参考： サラヤ株式会社ホームページ（一部改変）、第一三共株式会社ホームページ（一部改変）

編集：患者サービス推進委員会 名古屋市中区天白区高宮町 1302 新生会第一病院