

# 新型コロナウイルス感染症への対応

新型コロナウイルスと共存しながらも、元気に毎日を過ごせるポイントについて、ウイルスから病院を守り続けて日夜奮闘している感染管理認定看護師の谷口看護師に話を聞きました。

## ■ 新型コロナウイルスとは

2020年、世界中で新型コロナウイルス感染症が蔓延することを誰が予想したでしょう。幾多の研究機関や専門家、エコノミストも占い師も、この感染症の蔓延を予想し、多くの人々へ警鐘を鳴らすことはできませんでした。

しかし、国内発生から半年以上経過し、世界中の知見を積み上げてきたことは確かであり、それらに基づいた適切な対応も確立されつつあります。一人一人が、正しい知識を持ち、それら適切な対応を実践していくことで、できる限りでこの感染症を抑制することが必要と思います。

毎日のテレビや書籍、インターネットニュースなどで、すでに何十回も何百回も目や耳にしてきたかとは思いますが、新型コロナウイルス感染症を簡単に説明しておきます。

新型コロナウイルスとは、一般的な風邪の原因となるコロナウイルスの仲間ですが、これまで世界で確認されたことがない種類のコ

ロナウイルスで、2020年1月に中国が新種のコロナウイルスによる感染症が流行していることを報告しました。

次に、新型コロナウイルス感染症はどのような病気なのか。これも現在までにわかっていること、また当院で診断されてきた方の状況を振り返ってみます。

この感染症は、新型コロナウイルスが鼻や口の粘膜から取り込まれて感染が成立します。感染が成立し発症すると、典型的な病型がなく、様々な症状を呈することがわかっています。発熱は多くの感染者にみられますが、その他にも強い倦怠感、咳や息苦しさや鼻汁などの呼吸器症状、下痢などの消化器症状、嗅覚や味覚の障害、関節痛や筋肉痛などなど。これらの症状が複合的に有る場合や無い場合など、発症者によって違いがみられます。

## ■ インフルエンザ流行期

さて、例年冬になるとインフルエンザの流行が大きな話題となり



神鋼記念病院  
感染管理認定看護師  
谷口 とおる

ますが、今年の冬は例年のインフルエンザの予防に加えて、新型コロナウイルス感染症の予防を行う必要があります。

新型コロナウイルス感染症でも、インフルエンザでも、普通の風邪でも、それらの原因となる病原体を体内に侵入させないことができれば、病気を発症することはありません。または侵入する病原体の数をできる限り減らすことができれば、ヒトが持つ免疫力を持って病気を発症しないことも可能です。感染症対策において、最も簡単なことはそれら病原体が侵入する経路を遮断させることとなります。

# インフルエンザワクチン接種で重症化を防ごう！

現在のところ、新型コロナウイルス感染症には有効なワクチンがありませんが、季節性インフルエンザには有効なワクチンが毎年準備され、接種することが可能です。

インフルエンザワクチン接種は、重症化予防と共に発症予防効果があることは周知の事実です。日々、行うべきことは、手洗いやうがい、マスクの着用ですが、それらに加え、ワクチン接種を行うことでより万全に冬を迎えましょう。



## 正しいマスクの着用



## 間違ったマスクの着用



鼻が  
出ている



アゴまで  
届いていない



アゴ  
マスク

物や場所に触れた場合には、少しくらいはこの話を思い出し、手を消毒するか、石鹸と流水で手を洗うことで感染を防ぐことができるかと思えます。

### 一人ひとりが毎日出来ることで感染症拡大を防止しよう

新型コロナウイルス感染症が明日や明後日、この地球上から消えることは期待できません。しかし、地道な感染対策である手をきれいに保つことや、マスクを着用することは、この病気以外のインフルエンザ等の感染拡大防止にもつながる行動となります。一人ひとりができることを行い、徐々にでも様々な感染症が世の中から減ることを願います。

神鋼記念病院、総合健康管理センターでは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、流行早期より様々な対策を行ってきました。当センターをご利用いただく皆様にはご不便なこともあるとは思いますが、感染拡大防止へのご理解とご協力をいただくことで、受診者様も医療者も、この感染症から身を守れることと思えます。引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

### 手洗いと手指消毒で感染を防ぐことができる

では、これらの病気をどのように予防すべきか考えてみましょう。

新型コロナウイルス感染症も、インフルエンザも、普通の風邪も、主に感染したヒトの唾液や鼻汁等の呼吸器分泌物が、直接的に感染していないヒトの鼻や口の粘膜に付着するか、それらが付着した環境表面に触れ汚染した手で、目や鼻や口に触れることで感染することがわかっています。

まずは、病気を拡げるかもしれない唾液や鼻汁等を飛び散らすことを抑えるため、マスクを着用することはとても有効です。直接的に唾液や鼻汁等を防ぐためにもマスクは有効です。もちろん、マスクを正しく装着していないと、その効果も少なくなるでしょうから、マスクは正しく装着しましょう。

次に、汚染した環境表面からの病原体の侵入を防ぐには、手をどれだけ清潔に保てるか。または、汚染した（または、汚染しているかもしれない）手で、目や鼻や口に触れないことがとても大切になります。

近所のスーパーマーケットに買い物へ出かけた際を思い出してみましょう。スーパーの入り口に置かれた手指消毒剤で、手の隅々まで消毒した瞬間は、その手はきれいな状態です。そこから、買い物を行ううえで、買い物カゴを手にし、様々な商品を手にし、お金を払い、お釣りをもらった後の手はどうでしょうか？その手はきれいですか？

日々の生活の中で、いちいち手がきれいかどうか、考えながら生活することは現実的ではありません。しかし、多くのヒトが触れる

## 当センターにおける新型コロナウイルス感染拡大防止の取り組みについて

- ・施設内へ入られる全ての方へのマスク着用
- ・受付での検温と問診
- ・センター各所の手指消毒剤設置
- ・受付などの窓口をアクリル板による遮蔽
- ・待合ロビーでの距離を保つための取り組み
- ・定期的な消毒の実施
- ・職員の毎朝の検温実施
- ・体調不良や発熱を認める職員の出勤停止

