

新型コロナウイルス感染症の流行を押さえ込むために

住民の皆様へのお願い

防府医師会・防府市

全国的には新型コロナウイルス感染症の流行が続いています。地域によっては急速な拡大がみられているところもありますが、山口県では急速な感染拡大は回避出来ている状況です。しかし、今後爆発的な流行が発生するリスクは否定し得ない状況であることも事実であり、ゴールデンウィークが終わるまでが感染拡大防止に対して重要な局面となると思われま

発熱や咳などの風邪症状がある人は、発症してから1週間は外出しないでください。ただし、症状が長引いている場合および急速に症状が悪化する場合には、かかりつけ医など医療機関に電話で相談してください。

これは学校休校よりもイベント自粛よりも、何よりも大切なことです。もちろん、その風邪症状は新型コロナウイルスによるものではないかもしれませんが、そうで無いとも言い切れません。症状を認めたら、自分は新型コロナウイルスに感染しているかもしれないと考えて、周囲に感染させないために外出を控えてください。

山口県の皆様が力を合わせ、一人一人が小さなことを行うことで支え合えれば大きな力となり、この新型コロナウイルス感染症の流行を必ず押さえ込むことが出来ます。完全に押さえ込むことは出来なくとも、必要な人が適切な医療を受けることが出来るレベルで制御することが出来ます。

どうか、この大切なメッセージを受け止め、正しく理解し、そして行動へと移していただければと思います。

次項からは、新型コロナウイルス感染症に関するQ & Aを載せておりますのでご参照ください。

防府市新型コロナウイルス感染症対策本部
健康増進課

電話：0835-24-2161

FAX：0835-25-4963

防災危機管理課

電話：0835-25-2261

FAX：0835-23-2136

新型コロナウイルス感染症に関する Q & A

Q1. 心配なので、新型コロナウイルスに感染していないかを調べてもらえますか？

山口県における新型コロナウイルス患者様への PCR 検査は 4 月 20 日現在、すべて行政検査となっています。したがって、全ての希望者に対応出来る体制では無いことをご理解ください。

現時点では以下に該当する患者様に関して保健所、もしくは医師の判断の下に PCR 検査を行う状況です。(4 月 20 日現在)

- ① 発熱 (37.5℃以上)、咳、痰、のどの痛み、全身倦怠感等の症状が 4 日以上認める患者のうち、以下に該当する者。
 - 1) 重症化するリスクのある者 (Q2 参照)
 - 2) 妊婦
 - 3) 医療もしくは介護従事者
 - 4) 確定患者の濃厚接触者
- ② 発熱、咳など疑われる症状を認める患者のうち、以下に該当する者
 - 1) 確定患者の濃厚接触者
 - 2) 2 週間以内に流行地域への渡航歴がある者 (国内、国外を問わず)
 - 3) 2 週間以内に流行地域への渡航歴がある者との濃厚接触者
- ③ 周囲に同様の症状を有する者が複数認められ、集団発生が疑われるとき
- ④ 胸部レントゲン写真または CT 検査で疑われる肺炎像を認める患者のうち、その原因が明らかではない者

ただし、上記に該当しないものが新型コロナウイルス感染者ではないとするものではありません。

したがって、息苦しい、食事が摂れない、倦怠感が強いなど症状が重いと感じたときには、迷わずに近隣の救急外来を受診してください。

ただし、その際にはあらかじめ医療機関に電話をかけて受診方法について問い合わせ、その指示に従ってください。

Q2. 重症化するリスクのある人とは、どのような人ですか？

高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患 (肺気腫など) の基礎疾患がある方、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方などが考えられます。ただし、基礎疾患のない若い方であっても重症化している事例が報告されています。過信することなく、症状が重と感じたら、電話連絡をして救急外来を受診するようにしてください。

Q3. 一緒に暮らしている人に感染させないためにはどうしたらいいですか？

症状のある人を**家庭内の個室**に隔離してください。発症した日を0日目として7日目までは部屋から出ないようにします。ただし、周囲に人がいないことを確認して自宅の庭などに出ることは可能です。

どうしても屋内を移動しなければならないときは、マスク（布マスクでも可）を着用します。そして、部屋の外では出来るだけ余計なものを触らないようにします。触る必要があるときは、事前にアルコールで手指消毒（石けん手洗いでも可）をして、その後は自分の身体（衣類を含む）を触らないように心がけます。

トイレやシャワーを使用するときは、ドアノブや蛇口など触った場所を良く覚えておき、アルコール（台所洗剤を100～200倍に薄めた水でも可）をしみこませたペーパータオルで拭いてください。なお、歩いた場所の床を拭く必要はありません。

食器やタオルを共用しないように注意してください。とくに、本人に差し入れた食事や使用した箸やスプーンなどの食器類には、ウイルスが付着している可能性があります。他の家族は口にしないようにしてください。ただし、通常の洗浄・洗濯をすれば、食器やタオルを他の家族が再利用することは可能です。

Q4. ひとり暮らしなのですが、食事などで外出が必要です。どうしたらいいですか？

症状がある場合はできるかぎり、外出しないでください。食事など生活に必要なものは知人・友人に依頼するなどして自宅に届けてもらいましょう。ただし、玄関先においてもらうようにして対面で受け取ることがないようにしましょう。

Q5. 布マスクを着用することで感染を防ぐことができますか？

マスクに期待する感染予防の効果とは、大きく分けて3つあります。

- ① 症状のある人からの飛沫を吸い込まないようにして、自分への感染を防ぐ効果
- ② 感染している(かもしれない)自分から飛沫を散らさないようにして他人への感染を防ぐ効果
- ③ 喉・鼻などの呼吸器を湿潤させることで風邪等に罹りにくくなる効果

布マスクについては**①の効果は限定的**だと思われます。口元を覆うことで、咳やくしゃみなどある程度は飛散を防ぐ効果があります。それが意味のある効果とまで言えるかは分かっていません。ただ、空中を浮遊している「しぶき」の粒子は時間経過とともに細かくなっており、布であれば容易に通過してしまうのではないかと考えられます。ですから、布マスクで予防出来ると期待すべきではなく、とくに患者の診察をする医療従事者が布マスクを使用することはありません。

一方、自分に咳などの症状を認めるとき、布マスクを着用していれば、周囲に拡散させる飛沫の量と距離を大幅に減らすことができます。口から出るときの「しぶき」の粒子はいまだ大きく、湿っているので、飛散を防ぐ効果が期待出来るからです。ただし、その効果についての十分な研究はなく、過信することなく、症状がある人は外出を控えてください。

また、**新型コロナウイルス感染症では、無症状のウイルス保有者からの感染もあり得るとされています。**ですから、症状のない人であっても、近距離での会話などで周囲に感染させるリスクがあります。その意味では**症状がなくとも、周囲に感染させないために布マスクを着用して外出すること、仕事をする**ことの意味はあると考えられます。

ただし、布マスクであれ、医療用マスクであれ、その効果は完全ではありません。もしかしたら自分は**症状が無くても感染している**かもしれません。したがって、全国で新型コロナウイルス感染者が増えている現時点では**不要不急の外出を控え、不特定多数が集まる場所を避け、公共のものを触った後の手洗いを習慣とし、重症化リスクのある高齢者や持病のある人には極力会わないように**すべきです。そうした心がけのうえで、追加的に布マスクを着用することであれば推奨されます。

Q6. 子どもにもマスクを着用させた方が良いでしょうか？

そもそも子どもは正しくマスクを着用できません。正しく捨てることもできません。**新型コロナウイルスへの感染予防では、目鼻口など顔を触らないことが重要**ですが、マスクを着用させたとしても、気になって顔を触るようになり、その手であちこちを触って感染を拡げる可能性や、自分自身の感染リスクを高める可能性があります。

どうしても外出させる必要があるとき（医療機関を受診するときなど）はマスクを着用させた方が良いでしょう。ただし、こまめにウェットティッシュなどで手を拭いてあげてください。

症状のあるお子さんは外出させないでください。

持病のあるお子さんが、何らかの理由で人混みに行かざるをえないときは、きちんとした指導のもとでマスクを着用することをお願いします。

【令和2年4月20日現在の情報をもとに作成しています】