

## 新型コロナウイルス感染症について



### コロナウイルスとは

コロナウイルスには、一般的の風邪の原因となるウイルスや、「重症急性呼吸器症候群（SARS）」や2012年以降発生している「中東呼吸器症候群（MERS）」ウイルスがあり、現在流行しているのが「**新型コロナウイルス（SARS-CoV-2）**」です。

ウイルスは自分自身で増えることができず、粘膜などの細胞に付着して入り込み増えます。健康な皮膚には入り込むことができず表面に付着するだけと言われています。表面についたウイルスは時間がたてば壊れてしまいますが、物の種類によっては**24時間～72時間**くらい感染する力をもつと言われています。

### 感染方法

現時点では、飛沫感染（ひまつかんせん）と接触感染の2つが考えられます。

（1）**飛沫感染** 感染者の飛沫（くしゃみ、咳（せき）、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。

※感染を注意すべき場面：屋内などで、お互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすとき。



咳やくしゃみをすると、しぶきは2mほど、話すだけでも1m飛びます。



（2）**接触感染** 感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、自らの手で周りの物に触れるところにウイルスが付きます。未感染者がその部分に接触すると感染者のウイルスが未感染者の手に付着し、**感染者に直接接触しなくとも感染します。**

※感染場所の例：電車やバスのつり革、ドアノブ、エスカレーターの手すり、スイッチなど



## 症状

よくある症状は、**発熱、咳、および倦怠感**です。他には、鼻づまり、頭痛、結膜炎、喉の痛み、下痢、味覚・嗅覚障害、皮膚の発疹などがあります。症状は通常軽症で、ゆっくり発症します。**ほとんどの人（約8割）**は、病院での治療を必要とせずに回復しますが、感染した5人のうち約1人は重症化すると言われています。**緊急性の高い症状（下図参照）がある場合、速やかに医療機関へ連絡してください。**

高齢者や持病のある方が重症化しやすいとされていますが、**子どもや若年者も他の年代者と同じくらい感染する可能性が高く、重症例・死亡例も出ています。**症状が軽い場合も感染拡大の原因となる可能性があるため注意が必要です。



### 無症状病原体保有者について

感染してもほとんど症状が現れない無症状病原体保有者の存在が分かっています。新型コロナウイルスに感染していても全く症状がないため、知らない間に他者に感染させてしまう恐れが非常に高いと言われています。身体が元気だからといって、感染症予防対策をせずに外を出歩いたり、人に会ったりするのはとても危険です。

## 緊急性の高い症状

### 表情・外見

- ・顔色が明らかに悪い ※
- ・唇が紫色になっている
- ・いつもと違う、様子がおかしい ※



### 息苦しさ等



- ・息が荒くなった（呼吸数が多くなった）
- ・急に息苦しくなった
- ・生活をしていて少し動くと息苦しい
- ・胸の痛みがある
- ・横になれない、座らないと息ができない
- ・肩で息をしている
- ・突然（2時間以内を目安）ゼーゼーしはじめた

### 意識障害等

- ・ぼんやりしている（反応が弱い）※
- ・もうろうとしている（返事がない）※
- ・脈がとぶ、脈のリズムが乱れる感じがする



## 潜伏期間

新型コロナウイルス感染症が発症するまでの時間は通常5~6日程度ですが、1~14日の範囲で変動します。他人への感染は発症の2~3日前から始まり、発症前0.7日目にピークとなると考えられています。**他人への感染の約4割は、無症状の期間に起こっている**計算になります。また、発症し始めは軽い風邪症状でも、重症化する場合があります。重症化するまでの平均期間は5~8日と言われています。**新型コロナウイルス感染症が疑われるような症状を自覚した場合は、1週間ほど症状を注意して見ていく必要があります。**

ウイルスそのものの感染性が消失するまでは、紙やティッシュでは3時間、木や布では72時間程度かかります。ガラスや紙幣では4日程度、ステンレスやプラスティックでは7日程度かかりました。マスクの外側では、7日目でもウイルスの感染性が認められました。また空中でも3時間漂い、感染性が認められました。

帰宅後は必ず手洗い・うがい！



## 治療方法

軽度の咳や軽度の発熱といった軽い風邪症状の場合、**通常、受診の必要はありません**。自宅で安静にしながら症状を経過観察します。また、受診したとしても、現時点でのウイルスに特に有効な抗ウイルス薬などはありません。ウイルスによる熱や咳などの症状の緩和を目指す治療（対症療法）を行います。具体的には、解熱剤や鎮咳薬（咳止め）の投与や、点滴等の実施です。病院に行けば早く治る、とは限らないので注意しましょう。

いつから発熱し何日続いているか、他にどんな症状があるか、といった記録をつけておくと受診の際に役立ちます。



新型コロナウイルスに感染したのではないか心配、体調不良が続いている受診をしたい、といった時は、まずお住まいの地域の保健所や新型コロナウイルス感染症相談窓口へ電話で相談しましょう。**直接、医療機関を受診する、複数の医療機関を受診することは避けましょう**。病院に行くことで、かえって新型コロナウイルスに感染するリスクが高まる可能性もあります。オンラインでの受診や処方も上手に利用しましょう。