

医学部・磯部教授が詳しく解説！

◆ 新型コロナウイルス◆と正しく付き合う

現時点ではワクチンや有効な治療薬がなく、季節性インフルエンザに比べて感染力と重症化や死亡のリスクが高いとみられる新型コロナウイルス。テレビやインターネットなどで様々な情報が錯綜する中、改めておさえておきたいポイントを医学部内科学講座(呼吸器・臨床腫瘍学)の磯部威教授にお聞きしました。

医学的に正しい知識をもって
コロナウイルスと
付き合ってください！



島根大学 医学部 内科学講座
(呼吸器・臨床腫瘍学)
磯部 威 教授



YouTubeでも
情報発信中!
こちらから
ご覧いただけます。

Q 「新型コロナウイルス」の特徴とは？

A 新型コロナウイルスの正式名称は「SARS-CoV-2」、それによる病気のことを「COVID-19」といいます。このウイルスは、ヒトの気道上の細胞に感染するので、肺炎を起しやすくなります。突然嗅覚や味覚に症状が出るのも特徴です。

ウイルスが付着した微小な粒子が、空气中を漂いながら長時間感染力を維持するため(エアロゾル状態)、換気も重要な予防対策として加わりました。ウイルスは、エアロゾル状態で3時間、マスクの外側では7日間も感染力が認められています。通常のウイルスの潜伏期間が3日以内なのに対し、平均5日間、時には2週間程度と非常に長いことも特徴です。

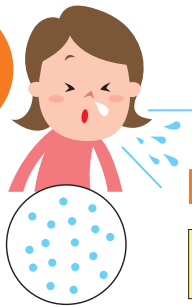
感染経路

ウイルスは
気道分泌物と
糞便から分離される

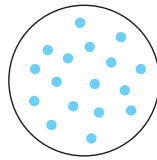
排泄物を触った手が
感染の源になる
= 接触感染

会話、大声、
咳、くしゃみ、
鼻水、痰

便

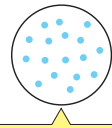


飛沫5μm以上



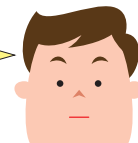
咳: 2m

エアロゾル5μm以下
(SARS-CoV-2は0.1μm)



3時間浮遊する

人に感染する侵入口
目、鼻、口



Q コロナウイルスへの対応方法は？

A 感染者の気道内にいるウイルスは、咳やくしゃみをしなくても通常の会話で飛散し、大声を出したり歌ったりすると遠くまで飛びます。この飛沫感染を防ぐためにはマスクが有効です。サージカルマスクも布マスクも効果に差はありませんが、咳などの症状がある場合はサージカルマスクを着用して下さい。夏場のマスクは熱中症の危険もありますので、人口密度の低い島根では、屋外では付けなくても構いません。ただし常に携帯し、集団とすれ違う時や屋内に入る時は速やかに着用しましょう。そして何より手洗いが大切です。

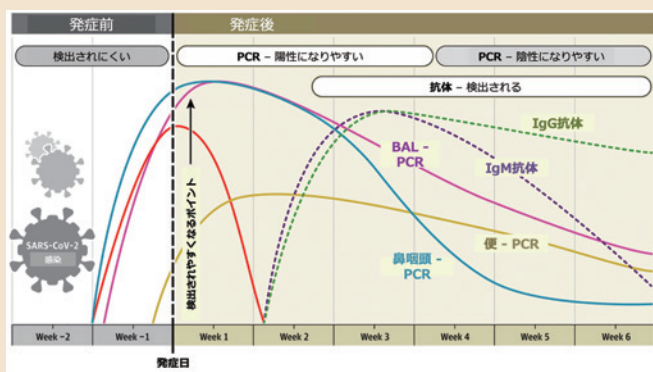
ウイルスは、咳やくしゃみ、鼻水、痰、便から分離され、空気中を漂いながら長時間感染力を維持するため、換気も重要な予防対策として加わりました。ウイルスは、エアロゾル状態で3時間、マスクの外側では7日間も感染力が認められています。通常のウイルスの潜伏期間が3日以内なのに対し、平均5日間、時には2週間程度と非常に長いことも特徴です。





A 3密を避け、屋内でのマスク着用、手指消毒は常に心がけましょう。帰宅後はうがい、手洗いをし、入浴して着替えるようにした方がいいでしょう。店や旅行に出かける時も常に感染予防を念頭に置く必要があります。体調が悪い時は我慢せず、自宅待機しましょう。そのことで収入や仕事が減らないよう、職場や学校などの対応も重要になってきます。オンライン環境づくりも大切です。第2波が来る前にネット環境を整備しておくことは、親や会社の義務です。

Q 望まれる生活様式とは？



発症からの日数とPCR検査、抗体検査、ウイルス分離の陽性率 (doi: 10.1001/jama.2020.8259より)

A 唾液を使ったPCR検査や抗原検査が可能になったことで、検体採取する時のリスクは大きく軽減されました。今は診断するスピードや場所なども変わってくるかもしれませんが、ただこの検査は、通行手形にはなりません。

Q 今後の見通しは？

島根は、医療施設もドクターも設備も極めて少ないため、重症者が増えると直ちに医療崩壊に陥る可能性があります。そのため島大は県や他の医療機関との連携を強化し、感染してもなるべく軽症や中等症で留まれるよう感染者への十分な対応が取れる体制を整えています。

第2波、第3波は必ず来ます。全国的に人の移動が再開すると感染のリスクも否めません。波が来てから再び対策を取るのではなく、現在の感染予防を継続しましょう。一旦収束したからといって、元に戻るわけではありません。世界中が全く新しい思考過程で生活を切り替えていく必要があります。

高齢者や慢性疾患を持つ人は重症化しやすいので、特に注意してください。ただし、外出を控えるあまり、うつやフレイル(虚弱)状態にならないよう地域でもケアしていく必要があります。

磯部教授からのメッセージ

みんなが見えない敵の被害者。差別はやめて

今は新しい生活様式を考える時期です。元に戻るのではないということを理解してください。小さな子供から高齢者まで最も重要なことは、セルフモニタリング—自分の健康状態をきちんと把握し、報告すること—です。常に感染予防を意識して生活を見直しましょう。

そして感染した人を犯罪者のように扱うことはやめてください。誹謗中傷は絶対にしないでください。みんな見えない敵の被害者です。感染した人を地域で守るという考えを持ってください。これが新型コロナウイルスと戦っていく上で一番大事なことです。