

新型コロナウイルス (SARS-CoV-2) について

令和1年12月31日中国武漢の発症から全世界的に感染が広がり、令和2年4月9日時点で全世界の感染者数が1470740人となっています。日本でも4846人が感染し、それまで全国で1日当たり30～60名であった感染者数も4月に入ってから100～200名と、増加の傾向が止まることがなく、4月9日の発生者は1日で535人の報告がされています。**栃木県内でも4月9日現在の感染者が31人となっています。全国的にみると透析を受けている方も、すでに発症しているとの情報もあります。**

4月7日国が緊急事態宣言を発令し、東京都も緊急事態措置を発令しました。不要不急の外出を控えるよう言い続けていますが、緊急事態宣言・措置が出た後も、帰省する人、夜の飲食の場へ行く人がまだまだ後を絶たないのが現状のようです。

自分だけは大丈夫との思いがあるのかもしれませんが、新型コロナウイルスは感染しても無症状の人もいますし、サイレントキャリアとなってウイルスを運んでしまう可能性もあります。私は、「絶対大丈夫」と言える保証がないのです。透析患者さんにとってはますます感染リスクが高まっていると言えるのではないのでしょうか。

透析患者さんが感染しないために、もう一度考えてみましょう。

○ウイルスのことを知る

これまでに人に感染する「コロナウイルス」は7種類みつかっており、その中の一つが「新型コロナウイルス (SARS-CoV2)」です。

罹患すると無症状で経過することもあります。高齢者や基礎疾患（透析、高血圧、糖尿病、喘息等）を持つ方は重症化しやすいと言われています。致死率は季節性インフルエンザが0.1%程度に対して、新型コロナウイルスは日本で2.3%、全世界では5.5%と統計上の数値

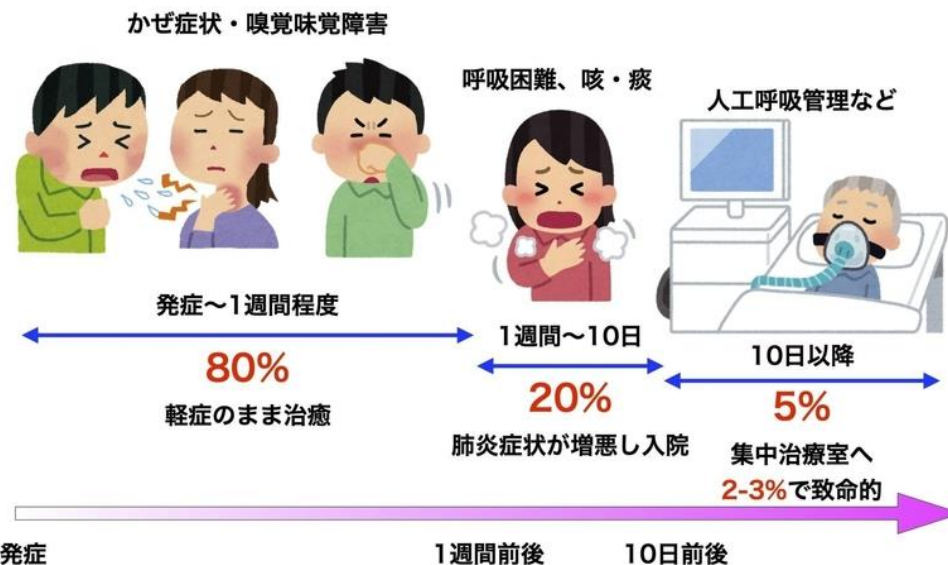
が出ています。

感染力と致死率の面でも、今までにないウイルスと考え、対策を講じていく必要があります。

○新型コロナウイルスに感染した時の症状を知る

- 発熱
- 風邪症状（咳、痰、のどの痛み、頭痛、悪寒など）
- 倦怠感
- 息切れ
- 嗅覚・味覚障害
- 下痢

などがあります。感染時期によって現れる症状が変化していきます。



参考文献 忽那賢志 感染症専門医作成記事より

透析前に窓口で体調を確認させていただいています。

「このくらい大丈夫だろう」とは思わず、当てはまる症状があった場合、窓口担当者にお申し出ください。また、透析日以外に症状が見られた場合は、お電話で早めにご連絡下さい。

○感染予防について

感染経路：飛沫感染と接触感染です。

対策：インフルエンザ（飛沫感染）＋ノロウイルス（接触感染）

この2種類のウイルスに対応できる対策が必要となります。

- 1) マスクをつける
- 2) **手洗いの徹底** 石鹸で丁寧に洗うことが重要
★石鹸でウイルスは不活化します★
外出から帰ったら必ず
トイレの後、くしゃみや咳を覆った後
料理など何か始める前 など
- 3) **手洗い前の手で目や鼻に触れない**
- 4) 洗顔
- 5) **消毒**：ご自宅もよく触れる場所は消毒するのが予防になります。
(ご家族内でも共有する場合はこまめに消毒をするとよい)
消毒箇所：ドアノブ、電気のスイッチ、蛇口、階段の手すり、
トイレの便座やレバー、ウォシュレットのパネル等



- ①消毒用エタノールで消毒する
- ②ハイターなど家庭用塩素系漂白剤で消毒する
- ③台所用中性洗剤で消毒する



①～③いずれの消毒剤を用いても新型コロナウイルスを消毒できます。
ご家庭にあるものを利用して消毒することをお勧めします。
ここでは②家庭用塩素系漂白剤の作り方と③台所用中性洗剤の作り方を
ご紹介します。

※家庭用塩素系漂白剤の濃度

ドアノブやスイッチ等は厚生労働省推奨の0.05%でOK

トイレは0.1%が好ましい

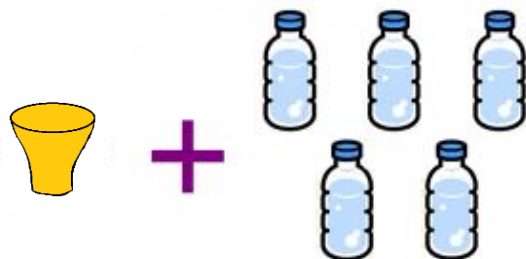
- 6) 部屋の換気：窓やドアを2カ所開けて、こまめに換気を行なう
- 7) 湿度：部屋の湿度を50～60%に保つ
- 8) **不要不急の外出を避ける**
公共交通機関の利用、スポーツジムや今すぐでなくてよい買い物、
外食は避ける。旅行、帰省、集会、カラオケ、パチンコ等も避ける。



<0.05%塩素系漂白剤溶液の作り方>

ハイター：商品付属のキャップ 1杯＋水1L

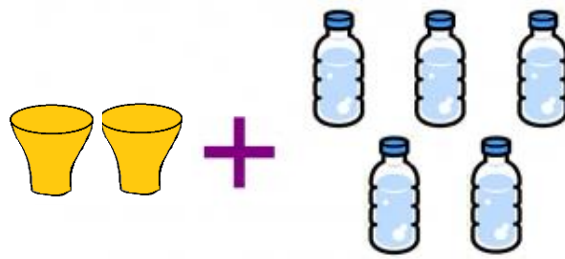
ブリーチ：商品付属のキャップ 1/2杯＋水1L



<0.1%塩素系漂白剤溶液の作り方>

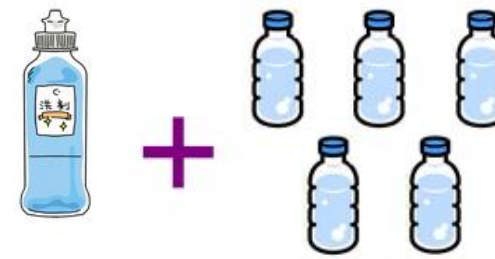
ハイター：商品付属のキャップ 2杯＋水1L

ブリーチ：商品付属のキャップ 1杯＋水1L



<台所用中性洗剤溶液の作り方>

台所用洗剤：5～10ml＋水1L



9) 3密を避ける

①換気の悪い
密閉空間



②多数が集まる
密集場所



③間近で会話や
発声をする
密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。
日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。

○ご家族の協力が必要

透析患者さんご本人がいくら予防して感染対策をしたとしても、同居されているご家族に同じような感染対策をしていただけないと、透析患者さんが感染する可能性が高くなります。

ご家族の方は、ご自分が健康だから大丈夫とは思わず、患者さんのことを考え、今でなくてよい買い物は後にまわしたり、旅行や帰省、スポーツジム、集会などへの参加を避けたりなどの協力をお願い致します。

特にお仕事をされている方は会議や出張などもあるかと思いますが、マスクを着用し、できるだけ距離を取って、手洗いを行ない、夜の会食は避けるようお願い致します。

○もし、発熱や感染症状が出たらどうしたらよい？

体温 37.5℃以上と風邪症状（咳、痰、のどの痛み、頭痛、悪寒など）、倦怠感、息切れ、臭覚・味覚障害などがあつたら

必ず来院前にお電話ください。

大野内科医院 TEL 028-633-3777

透析日の場合、透析時間を午後にはずらして透析を行ないます。透析室に入る手順や注意事項、来院していただく時間など電話でお知らせいたします。

車での来院をお願い致します。ただし、公共交通機関やタクシーでの来院は避けてください。

(必要に応じて事前に問診や検査を行なうことがあります)

○まとめ

治療薬については、様々な研究がなされているようですが、開発にはまだ時間がかかりそうです。現行の薬ではインフルエンザ治療薬アビガンが効果があると言われていています。使用場所や副作用などの問題が解決しないと、なかなか承認がおりず使用することができない状態です。ワクチン開発もどんなに早くても半年はかかると言われています。

今、この時期、できることをできる限り行なって、ご自身の身をどうか守ってください。

制限の多い生活は大変かとは思いますが、新型コロナウイルスに感染しない、他の人にうつさないことを一番の目標に、この局面を乗り切りましょう。

文責 看護師：鈴木（佳）・院長：大野修一