

新型コロナウイルス（COVID-19）感染症に備えて

1)潜伏期間

97.5%の患者が感染から 11.5 日以内(1~15.6 日以内/中央値 5.1 日)に発症している。

2)症状

主な症状を表 2 に示す。これ以外にも嗅覚や味覚の障害や腹痛と発熱のみの症例などが報告されている。

大半が普通の風邪症状と変わらないが、37.5 度以上の発熱が持続する症例が 98%を占める。発熱後 5~6 日ごろの病初期には、階段上りや運動などの労作時に息切れや呼吸数増加が生じる。

表2 COVID-19入院患者の症状

症候	頻度
発熱	40/41 (98%)
咳	31/41 (76%)
筋肉痛/倦怠感	18/41 (44%)
喀痰	11/39 (28%)
頭痛	3/38 (8%)
喀血	2/39 (5%)
下痢	1/38 (3%)
リンパ球減少	26/41 (63%)

(文献15より作成)

3)感染経路

飛沫感染：至近距離(2m 以内)で咳や痰などによる感染

(空気中に漂うエアロゾルによる空気感染は確認されていないが新型コロナウイルスは約 3 時間エアロゾルの状態で空気中に生存するという報告もある)

接触感染：人との接触による感染

新型コロナウイルスは金属やプラスチックに付着すると 48-72 時間生存すると報告されている。衣類でも 2 時間以上生存することが確認されている。

4)症状が出た時の対策

風邪も新型コロナウイルスも根本的な治療法はありません。

普通の風邪症状の時は十分な水分と栄養を取りながら自宅で安静にしましょう。

37.5 度以上の発熱が 4 日以上続く場合、息切れや息苦しさなどの呼吸器症状が強い場合には受診前にまず病院や保健所に電話で相談しましょう。

万が一新型コロナウイルスに感染していた場合に、自分がクラスター集団感染の感染源になってしまう危険があります。病院には重症化のリスクなるような基礎疾患を持った患者が多く集まりますので慎重に行動しましょう。

5)感染予防の対策

環境管理：人ごみを避ける、換気の悪い空間を避ける

个人防护：室内や人が集まる場所ではマスクを着用する、外出時に衣類/プラスチック/金属などに触れたら手指消毒/手洗いをする、帰宅時/顔を触る前/調理前後/食事前/トイレ後/スマホ前後に手指消毒/手洗いをする。

6) 増悪のリスク因子

高齢者・糖尿病・心臓病・喫煙などが肺炎重症化のリスク。

熱を測りましょう							
病日	日付	朝	夕	病日	日付	朝	夕
1日目	月 日	℃	℃	8日目	月 日	℃	℃
2日目	月 日	℃	℃	9日目	月 日	℃	℃
3日目	月 日	℃	℃	10日目	月 日	℃	℃
4日目	月 日	℃	℃	11日目	月 日	℃	℃
5日目	月 日	℃	℃	12日目	月 日	℃	℃
6日目	月 日	℃	℃	13日目	月 日	℃	℃
7日目	月 日	℃	℃	14日目	月 日	℃	℃

37.5℃以上が4日以上続いたらまず電話で相談を！

たなかメディカルスクエア：0545-55-0188(診療時間内)

富士保健所：0545-65-2156(平日 8：30-17：15)、090-3309-6707(上記以外)



※手洗い：石けん+流水で30秒以上洗うとインフルエンザウイルスは86%減少する。

