

ほけんだより

令和3年9月1日

保健室

感染力の強い変異株(デルタ株)が拡大し、感染者数の増加と子供たちへの感染も広がっています。小・中学生の感染経路については「家庭内感染」が多くなっています。

今回のほけんだよりは、厚生労働省の「新型コロナウイルス感染症の"いま"に関する11の知識」(2021年8月6日版)の中から一部抜粋した内容とマスクについて配付させていただくことにしました。これまで以上に感染予防対策の徹底へのご協力をお願いいたします。

Q 新型コロナウイルス感染症と診断された人のうち、重症化しやすいのはどんな人ですか。

A 新型コロナウイルス感染症と診断された人のうち重症化しやすいのは、高齢者と基礎疾患のある方、一部の妊娠後期の方です。

重症化のリスクとなる基礎疾患等には、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患、肥満、喫煙があります。

Q 新型コロナウイルスに感染した人が、他の人に感染させてしまう可能性がある期間はいつまでですか。

A 新型コロナウイルスに感染した人が他の人に感染させてしまう可能性がある期間は、発症の2日前から発症後7～10日間程度とされています。※

また、この期間のうち、発症の直前・直後で特にウイルス排出量が高くなると考えられています。このため、新型コロナウイルス感染症と診断された人は、症状がなくとも、不要・不急の外出を控えるなど感染防止に努める必要があります。

※新型コロナウイルス感染症(COVID-19)診療の手引き・第5.2版より

Q 新型コロナウイルス感染症を拡げないためには、どのような場面に注意する必要がありますか。

A 新型コロナウイルス感染症は、主に飛沫感染や接触感染によって感染するため、3密(密閉・密集・密接)の環境で感染リスクが高まります。

このほか、飲酒を伴う懇親会等、大人数や長時間におよぶ飲食、マスクなしでの会話、狭い空間での共同生活、居場所の切替わりといった場面でも感染が起きやすく、注意が必要です。

感染リスクが高まる「5つの場面」

- ・場面1: 飲食を伴う懇親会等
- ・場面2: 大人数や長時間に及ぶ飲食
- ・場面3: マスク無しでの会話
- ・場面4: 狭い空間での共同生活
- ・場面5: 居場所の切り替わり

Q 新型コロナウイルス感染症を診断するための検査にはどのようなものがありますか。

A 新型コロナウイルス感染症を診断するための検査には、PCR検査、抗原定量検査、抗原定性検査等があり、いずれも被検者の体内にウイルスが存在し、ウイルスに感染しているかを調べるための検査です。

新たな検査手法の開発により、検査の種類や症状に応じて、鼻咽頭ぬぐい液だけでなく、唾液や鼻腔ぬぐい液を使うことも可能になっています。

なお、抗体検査は、過去に新型コロナウイルス感染症にかかったことがあるかを調べるものであるため、検査を受ける時点で感染しているかを調べる目的に使うことはできません。

Q 新型コロナウイルス感染症はどのようにして治療するのですか。

A 軽症の場合は経過観察のみで自然に軽快することが多く、必要な場合に解熱薬などの対症療法を行います。

呼吸不全を伴う場合には、酸素投与や抗ウイルス薬、ステロイド薬(炎症を抑える薬)、免疫調整薬、中和抗体薬※1の投与を行い、改善しない場合には人工呼吸器等による集中治療を行うことがあります※2こうした治療法の確立もあり、新型コロナウイルス感染症で入院した方が死亡する割合は低くなっています。

発熱や咳などの症状が出たら、まずは身近な医療機関に相談してください。

※1国内で承認を受けている治療薬として、レムデシビル、デキサメタゾン、バリシチニブ、ロナプリーブ(2021年7月19日新たに特例承認)があります。(2021年8月2日時点)

※2集中治療を必要とする方または死亡する方の割合は、約1.6%(50歳代以下で0.3%、60代以上で8.5%)

Q 現在、日本で接種できる新型コロナワクチンはどのようなワクチンですか。どのように接種は進みますか。(8月1日現在)

○ワクチンの特徴について

国内では、ファイザー社製とモデルナ社製の2つのワクチンが接種されています。メッセンジャーRNAワクチンという種類のワクチンで、ファイザー社製は3週間、モデルナ社製は4週間の間隔で2回接種します。なお、新たにアストラゼネカ社製のワクチン(ウイルスベクターワクチン。4～12週間の間隔で2回接種。)も接種可能なワクチンとして加わることがきま

りました。

○ワクチンの有効性について

新型コロナウイルス感染症を予防する効果があります。接種を受けた人が受けていない人よりも、新型コロナウイルス感染症を発症した(熱が出たり、せきが出たりすること)人が少ないということがわかっています。(発症予防効果は約70～95%と報告されています。)また、感染を予防する効果についても、それを示唆する研究結果が蓄積されつつあります。

○ワクチンの安全性について

接種後に注射した部分の痛み、疲労、頭痛などが接種した人の50%以上、筋肉や関節の痛み、寒気、下痢、発熱などが10%以上に見られると報告されています。こうした症状の大部分は数日以内に回復しています。

また、接種後にアナフィラキシー(急性のアレルギー反応)が発生したことが報告されています。もしアナフィラキシーが起こっても、すぐに対応が可能なよう、予防接種の接種会場や医療機関では、医薬品などの準備をしています。

Q 新型コロナウイルスの変異について教えてください。

A 一般的にウイルスは増殖・流行を繰り返す中で少しずつ変異していくものであり、新型コロナウイルスも約2週間で一か所程度の速度で変異していると考えられています。現在、新たな変異株が世界各地で確認されており、こうした**新たな変異株**に対して警戒を強めていく必要があります。

日本では、B.1.617.2系統の変異株(デルタ株)への置き換わりが進んでおり、スクリーニング検査での陽性率(機械的な試算)は、全国的には約45%となっています。

厚生労働省では、新型コロナウイルスのゲノムを解析し、変異の状況を監視しています。世界保健機関(WHO)や専門家とも情報交換を行い、こうした変異の分析・評価を行うとともに、国内の監視体制を強化しています。また、変異株事例が確認された場合には、検査や積極的疫学調査を強化して、感染拡大防止に取り組んでいます。

個人の基本的な感染予防対策は、**変異株であっても、3密(密集・密接・密閉)や特にリスクの高い5つの場面の回避、マスクの適切な着用、手洗い**などが有効です。





※1B.1.617.2系統の変異株(デルタ株)は2020年10月にインドで最初に検出された変異株です。

※2専門家によると、B.1.617.2系統の変異株(デルタ株)は、B.1.1.7系統の変異株(アルファ株)よりも感染性が高いことが示唆されるため、注視していく必要があります。ワクチンについては、変異株に対しても二回接種後には有効性を示す研究結果も報告されているなどと評価・分析されています(2021年6月20日時点)。

感染予防効果のあるマスクを選びましょう

※マスクの着用により、感染者と接する人のウイルス吸入量が減少することがわかっています。

■ マスクやフェイスシールドの効果 (スーパーコンピュータ「富岳」によるシミュレーション結果)

対策方法	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
						
吐き出し飛沫量	100%	20%	18-34%	50% ^{※2}	80%	90% ^{※2}
吸い込み飛沫量	100%	30%	55-65% ^{※2}	60-70% ^{※2}	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	

・会話時には、必ずマスク着用を

・品質の確かな、できれば不織布をと厚生労働省、新型コロナウイルス感染症対策推進室も呼びかけています。

感染予防対策に効果のあるマスクですが・・・

正しい装着・正しい捨て方はできていますか？

あなたのマスクの装着方法は大丈夫ですか？



私たちは今、誰もが体験したことのない状況を過ごしています。

皆が不安やストレスを抱えている状況ですが、石けんによる丁寧な手洗い・マスクの着用・3密(密集・密接・密封)を避ける・免疫力を高めるための生活習慣等、再確認すると共に自分にできることを着実にやっていきましょう。