

新型コロナウイルスとは？

感染予防に大切なこと

病名： COVID-19

coronavirus disease 2019

(2019年に発生したコロナウイルス病)

ウイルス名： SARS-CoV-2

severe acute respiratory syndrome coronavirus 2

(重症急性呼吸器症候群 コロナウイルス2)

一本鎖RNAウイルス:

エンベロープ*ウイルス

*脂質からできた二重の膜

→アルコールで破壊される

・自己増殖が出来ない。

・健康な皮膚には表面に付着するだけ

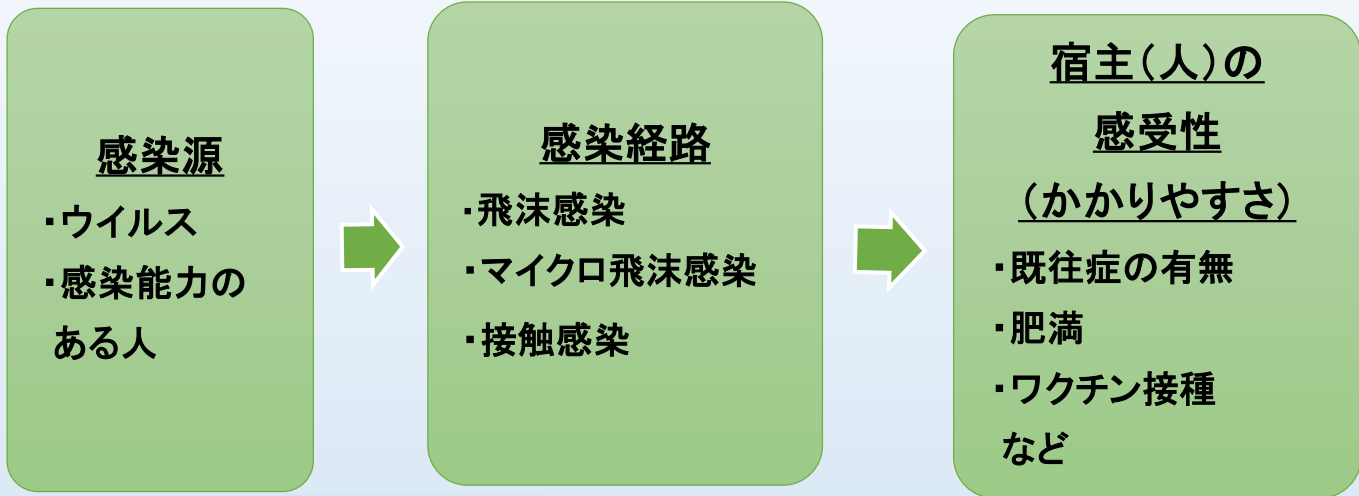
・粘膜に入り込むことは可

制作：下関短期大学

協力：山口ヤクルト販売 株式会社

(包括連携協定に基づく協力)

新型コロナウイルス感染の成立 (3つがそろって初めて成立)

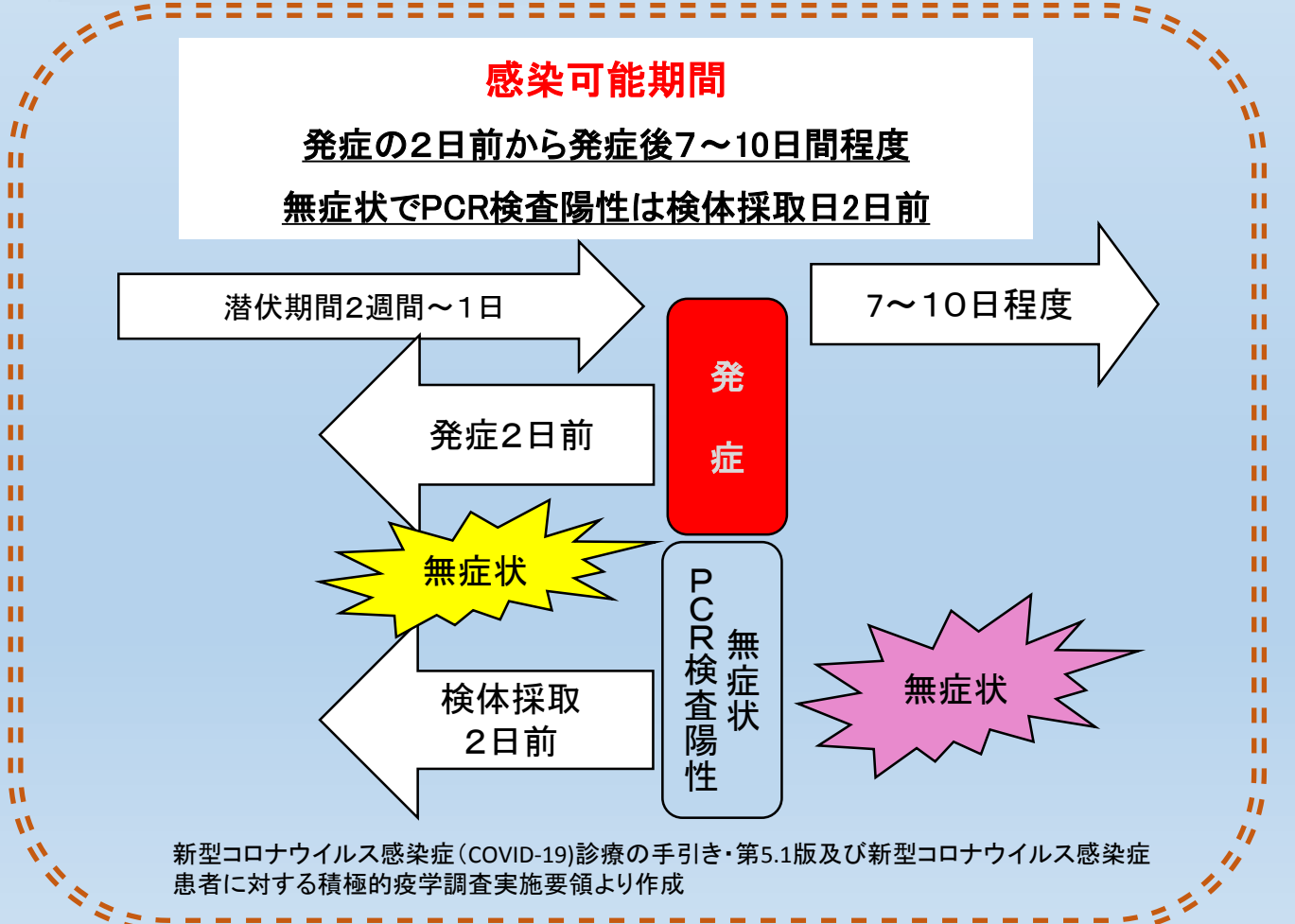


初期症状

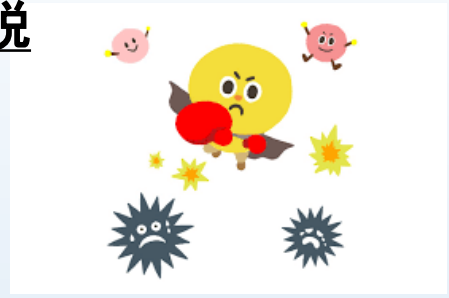
無症状、発熱、乾いたせき、
倦怠感(体のだるさ)、鼻づまり、
のどの痛み、頭痛、下痢、
味覚障害、臭覚障害

潜伏期間: 2週間~1日
5日前後が多い

☆再陽性の可能性あり
☆再陽性者からの感染は確認されていない



用語の解説



感染経路

飛沫感染:飛沫(くしゃみ、咳、つばなど)と一緒にウイルスが放出され、口や鼻などから吸い込んで感染。近距離の会話なども。

マイクロ飛沫感染:5 μ m未満の飛沫物による感染。換気の悪い空間ではしばらくの間漂うことにより感染が成立する。

接触感染:感染者がくしゃみや咳を手、あるいはその手で周りの物に触れウイルス付着、それに触れた手で口や鼻を触ると粘膜から感染。

宿主の感受性

- ・ワクチン、感染による抗体
- ・既往症、過体重
- ・健康的な生活

PCR検査

ポリメラーゼ連鎖反応 (Polymerase Chain Reaction) 検査

DNAを増幅して検出

RNAウイルスは逆転写ポリメラーゼ連鎖反応法

・採取場所にウイルスがない場合は検出されない

・偽陰性率(感染しているのに陰性となる割合)3割強

→濃厚接触者が陰性でも2週間程度の隔離(潜伏期間)

濃厚接触者

新型コロナウイルス感染症のPCR 検査等で陽性となった者(患者)と感染の可能性のある期間に接触した人

- ・患者と同居あるいは長時間の接触(車内、航空機内等を含む)があった者
- ・適切な感染防護なしに患者を診察、看護もしくは介護をした者
- ・患者の気道分泌液等の汚染物に直接接触した可能性のある者
- ・手で触れることのできる距離(1メートル)で、必要な感染予防策なしで患者と15分以上の接触のあった者(会話等)

※最終的には保健所判断による

感染予防に大切なこと

1. 誰もが感染可能な人と考える

- 発症前2日から感染可能
- 無症状でも感染可能
- 体温37.5℃ないけど感染可能
- 症状がないけど、感染可能

3. 手洗い、消毒(接触感染対策)

- 顔に触れる手は常に清潔に
- 触れる場所の消毒も大切

2. 濃厚接触者にならない

(飛沫感染対策)

- 三密(密閉、密集、密接)
- 5つの場面(飲酒を伴う懇親会、大人数長時間飲食、マスクなし会話、狭い空間の共同生活、居場所の切り替わり)

4. 免疫力

(宿主の感受性対策)

- ワクチン接種
- バランスの良い食生活、適度な運動、睡眠
- ストレスコントロール

5. 予定を立てよう(主として感染経路対策)

- 日常に感染リスクが無いか考えよう
- 手帳、スケジュール管理アプリを利用して、明日あるいは1週間等の予定を立てる
- スケジュールの中に三密が無いかな？
- 5つの場面をスケジュールに入れない！
- リスクを見つけたら対策をとって行動しよう！

出典

内閣官房 新型コロナウイルス感染症対策HP
<https://corona.go.jp/>

厚生労働省 新型コロナウイルス感染症対策についてHP

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

監修: 下関短期大学栄養健康学科
教授木村秀喜(公衆衛生学)

