

## COVID-19(新型コロナウイルス感染症)についての疑問に答えます

2020年3月8日

Arthritis Foundation(<https://stage.arthritis.org/home>)の情報をもとに

東京医科大学八王子医療センターリウマチ科がまとめました

Q: 自己免疫性疾患/リウマチ性疾患を治療していると COVID-19 にかかりやすいでしょうか。

A: アメリカの医師は自己免疫性疾患の患者さんがウイルスにかかりやすいという報告はないと言っています。一方、高齢者、合併症(とくに心血管疾患、糖尿病、高血圧)を持つ人はインフルエンザにも COVID-19 にもかかりやすいことがわかっています。

Q: 免疫を抑制する治療を受けていると COVID-19 にかかりやすいでしょうか。

インフルエンザ様の症状とは:  
38 度以上の発熱かつ急性呼吸器症状(鼻汁もしくは鼻閉咽頭痛、咳のいずれか 1 つ以上)

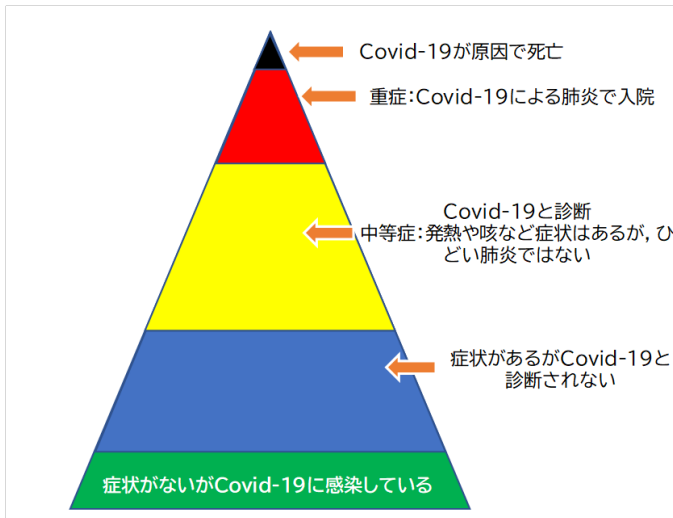
A: 関節リウマチや自己免疫性疾患の治療薬、メトトレキサートや副腎皮質ホルモン、生物学的製剤は免疫を抑制します。アメリカの医師はこれらの薬が特別に感染のリスクを高めることはないが、感染した場合、重症となったり合併症を起こしたりする可能性は高くなると述べています。

ウイルスの増殖が急速で、自分自身の抵抗力で抑えることができないと、心臓や肺に障害が起こる危険があります。もしインフルエンザ様の症状をもつ人と接したり、そのような症状が出現したりしたときは、かかりつけ医に電話して下さい。医療機関に連絡するときは、免疫を抑える薬を服用していることをはっきり伝えて下さい。

Q: もしこのウイルスにかかったと思ったらどうすればよいでしょう。

A: かかりつけ医に連絡を取って下さい。免疫抑制薬を内服していることを伝えることを忘れずに。普通のかぜのような軽い症状の場合は、安静にして、水分をとり、他の人に移さないように気をつけて様子を見るのが一番です。肺炎になった場合は入院が必要です。呼吸状態が悪化した場合は人工呼吸器が必要となることもあります。

Q: このウイルスはどの程度危険なのでしょうか。



A: 危険の程度は軽い患者さんがどの程度みつかるとによって異なります。軽い症状の人が感染したとみなされず、重くなって診断された人だけを計算すると危険の度合いは大きくなります。2020年3月8日までに全世界で100823人が感染し、3474人が亡くなりました。

※ アメリカの感染症センターは2019年10月から現在までにアメリカではインフルエンザで18000人から46000人が亡くなっていると推定しています。

COVID-19 を予防するにはどうすればよいのでしょうか。

### # 手を洗いましょう



- 0 手をぬらす
- 1 石鹸をとって手に広げる
- 2 手のひらを洗う
- 3 右手の甲に左手のひらを重ねて指の間を洗う。  
次に逆にする
- 4 手のひらを合わせて指の間を洗う
- 5 指先と爪の間を洗う
- 6 左手の親指を手のひらでねじるように洗う。  
右も同じように洗う
- 7 指を丸めて手のひらを洗う
- 8 流水で手をすすぐ
- 9 ペーパータオルでしっかり乾かす
- 10 ペーパータオルを使って水を止める



外出中など手を洗えないときは手指用消毒アルコールが有用です。

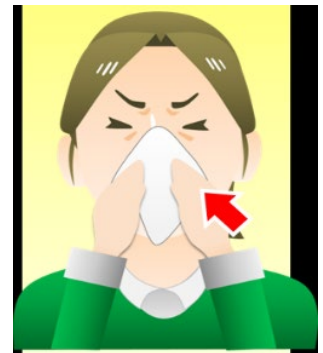
# 手で触ることが多いものの表面を定期的に消毒しましょう。調理台, 蛇口, 照明のスイッチ, ドアノブ, 携帯電話, コンピューターのキーボード, リモコンの表面は消毒薬で拭いて下さい。

眼鏡は石鹸と温水で毎日洗いましょう。

### # 咳エチケット

咳をするときは口と鼻をおおって下さい。使ったティッシュはすぐに捨てましょう。

厚生労働省咳エチケット  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisaku\\_nitsuite/bunya/0000187997.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisaku_nitsuite/bunya/0000187997.html)



### # マスク

マスクはウイルスの侵入を防いではくれませんが, 病気がくしゃみをしてウイルス入りの飛沫を飛ばすのを防ぐことができます。



#### マスクの使い方 チェックリスト

- 鼻と口の両方をおおっていますか
- ひだを伸ばして鼻からあごまでしっかりとおおっていますか
- 外すときは耳を掛けているゴムの部分をもって外していますか
- はずしたらすぐにゴミ箱に捨てていますか

マスクの外側は汚れています

慌てて救急外来にいかずに, かかりつけ医に連絡しましょう。急に具合が悪くなり救急外来を受診するときは前もって電話して, 受診することを伝えて下さい。

情報を集めるときは, 信頼できる情報かどうか確認しましょう。

厚生労働省, 国立感染症研究所, 東京都(新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に関する情報)など