

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17日

3月17日更新

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: COVID-19 に感染するとどんな症状がでますか。

A: 8割の患者さんには「風邪」や「インフルエンザ」に似た症状が起こります。ウイルスに感染後、2～14日後に熱、咳、息切れが出現すると言われています。一部の患者さんは重い肺炎となり、その中の一部の患者さんが重症となります。一方、感染しても症状が全くでないが、ウイルスを拡散する可能性のある人もいることがわかっています。

Q: COVID-19 のウイルスはどのように拡がるのですか。

A: インフルエンザと同じく、咳やくしゃみをしたときに飛び散る「飛沫」で拡がります。手すりやドアノブ、テーブルの表面など飛沫で汚れた表面を触った手で目や鼻、口を触ると感染のリスクがあります。固い物質の表面でウイルスがどの程度生存するか、正確にはわかりませんが数日間ウイルスが生きているという研究結果もあります。手をしっかり洗う、表面をきれいにする、手で顔を触らないことが大切です。

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: COVID-19についてはわからない点が沢山ありますが、一般的に自己免疫性疾患の活動性が高い(病気が抑えられていない)ときは、感染症のリスクが高いと考えられています。

インフルエンザと同様、COVID-19 においても高齢者、心臓病や糖尿病、高血圧などの持病を持っている人、感染症で入院したことがある人は感染するリスクが高いことがわかってきました。

専門家によれば、自己免疫性疾患の患者さんがインフルエンザや COVID-19にかかっている人に接触した場合、一番心配なのは細菌性の感染を合併したり、その他の合併症を併発したりすることです。もしインフルエンザ様の症状をもつ人と接触したり、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(2日間待つ必要はありません)。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: 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。

A: 免疫抑制薬を飲んでいるために COVID-19 にかかりやすいかどうかは、いまのところ分かっていません。アメリカの医師は、生物学的製剤、JAK 阻害薬、副腎皮質ホルモン(プレドニゾロンなど)は、ウイルス感染症全般の感染リスクや重症化リスクを増加させる可能性があるとして述べています。プラケニルは感染のリスクを上昇させないこと、メトトレキサート(リウマトレックス、メトレート)はわずかにリスクを上昇させることが報告されています。

免疫を抑制することでウイルスが増殖しやすくなり病気がより重症となるのではという心配があると思います。繰り返しますがインフルエンザ様の症状をもつ人と接触したり、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。心配だからと言って、医師に相談することなく薬の服用を中止しないでください。

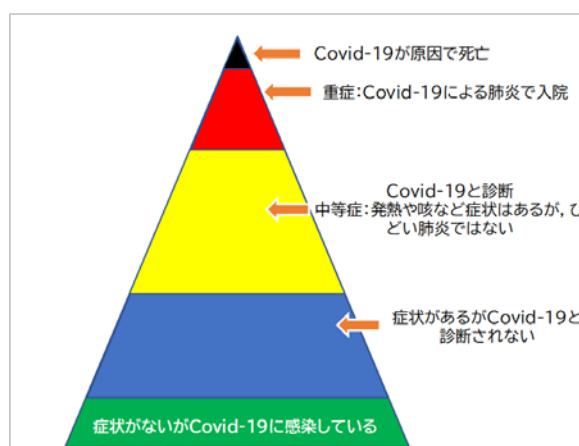
インフルエンザ様の症状とは：
38 度以上の発熱かつ急性呼吸器症状(鼻汁もしくは鼻閉咽頭痛、咳のいずれか 1 つ以上)

Q: COVID-19 流行中も免疫を抑制する治療を続けるべきでしょうか。

A: 関節リウマチや自己免疫性疾患の悪化を防ぐため、ウイルスに感染しない限り、治療は続けたほうが良いと考えます。感染を予防すること、感染を早期発見することが大切です。診察の前に体温を測る、熱や咳、息切れが出現し、ウイルスにかかったかもと思ったら、かかりつけ医に連絡してください。外来受診日に熱や咳、息切れの症状があるときは、病院に来る前に電話連絡下さい。感染のリスクを減らすため、混雑したバスや電車を使わないで病院に来られるよう工夫してください。

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か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17日までに全世界で約16万6千人が感染し、6575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。

Q: COVID-19 はペットからうつりますか。

A: WHO はこれまで猫や犬がコロナウイルスにかかったり、人にうつしたりしたことはないと言っています。ウイルスの起源について誤った情報が流れたこともあります。遺伝子情報からこのウイルスは野生動物、おそらくコウモリかセンザンコウから伝播したのだろうと言われていています。

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: とても具合が悪くて呼吸が苦しいときは、救急外来を受診する必要がありますが、救急の状態でない場合は、かかりつけ医に連絡して下さい。すぐ病院を受診するか、様子を見るか、受診したらどのような検査をするか、薬をどうするか、まず相談しましょう。症状が軽くて、いつものかぜのような場合は、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ように言われるかもしれません。肺炎になった場合は個室に入院し、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: 病院を受診すればウイルスの検査ができますか。

A: 発熱、咳、息切れの症状があり、外来を受診した場合は、インフルエンザや肺炎球菌肺炎などの検査を実施します。インフルエンザや細菌性肺炎など原因がわかれば、その治療を開始します。原因不明の重症の肺炎の場合、COVID-19 のウイルスに感染している可能性があるため、専用の個室に入院し、隔離されます。入院後、感染症科医師の判断でウイルスの検査が実施されます。

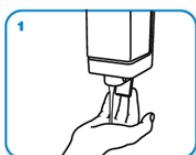
(2020年3月17日時点) 外来で検査は実施していません。

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



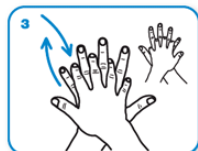
Wet hands with water



apply enough soap to cover all hand surfaces.



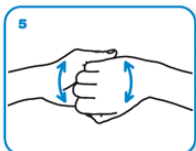
Rub hands palm to palm



right palm over left dorsum with interlaced fingers and vice versa



palm to palm with fingers interlaced



backs of fingers to opposing palms with fingers interlocked



rotational rubbing of left thumb clasped in right palm and vice versa



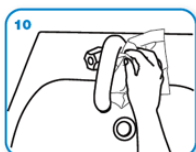
rotational rubbing, backwards and forwards with clasped fingers of right hand in left palm and vice versa.



Rinse hands with water



dry thoroughly with a single use towel



use towel to turn off faucet



...and your hands are safe.

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。

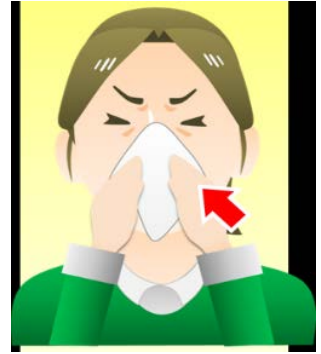
手で触ることが多いものの表面を定期的に消毒しましょう。調理台、蛇口、照明のスイッチ、ドアノブ、携帯電話、コンピューターのキーボード、リモコンの表面は消毒薬で拭いて下さい。

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/seisakunitsuite/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、病気の人がか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