

⑦ コロナ・インフル

- ★新型コロナウイルス感染症は、高齢者や基礎疾患がある場合は重症化するリスクが一定程度あると考えられています。
- ★ウイルスの感染経路にはエアロゾル感染や飛沫（ひまつ）感染、接触感染があります。
- ★新型コロナウイルス感染症、インフルエンザの予防にはワクチン接種だけでなく、手洗いと咳エチケットも重要です。

⑦ コロナ・インフル

- ・「新型コロナウイルス感染症は、高齢者や基礎疾患がある場合は重症化するリスクが一定程度あると考えられています。」
 - ・「ウイルスの感染経路にはエアロゾル感染や飛沫（ひまつ）感染、接触感染があります。」
 - ・「新型コロナウイルス感染症、インフルエンザの予防にはワクチン接種だけでなく、手洗いと咳エチケットも重要です。」
- =理解度確認テストのヒントです。

感染症の基礎知識



◆ 新型コロナウイルス感染症

- ・新型コロナウイルス感染による急性呼吸器症候群。
- ・主な症状は、発熱、咳、全身倦怠感等。
頭痛、下痢、結膜炎、嗅覚障害、味覚障害等が現れる場合もある。
- ・**高齢者や基礎疾患がある場合は重症化するリスクが一定程度ある**と考えられている。

◆ インフルエンザ

- ・インフルエンザウイルス感染による急性気道感染症。
- ・例年11月～3月頃に流行する。
- ・咳や咽頭痛に加えて、突然の38℃を超える高熱、全身倦怠感、頭痛、筋肉痛を伴う。

感染症の基礎知識について

○新型コロナウイルス感染症

- ・新型コロナウイルス感染による急性呼吸器症候群です。
- ・主な症状は、発熱、咳、全身倦怠感等です。
頭痛、下痢、結膜炎、嗅覚障害、味覚障害等が現れる場合もあります。
- ・高齢者や基礎疾患がある場合は重症化するリスクが一定程度あると考えられています。

○インフルエンザ

- ・インフルエンザウイルス感染による急性気道感染症です。
- ・例年11月～3月頃に流行します。
- ・咳や咽頭痛に加えて、突然の38℃を超える高熱、全身倦怠感、頭痛、筋肉痛を伴います。
- ・インフルエンザの予防対策の1つであるワクチン（予防接種）は、
流行のシーズン前に流行しそうなウイルス株を予測してつくられています。

○風邪

- ・鼻水やのどの痛みなど局所症状があります。一年を通し、ひくことがあります。

感染経路について



◆ エアロゾル感染…コロナ

- ・エアロゾルと呼ばれる飛沫より更に小さな水分を含んだ状態の粒子を吸入することでウイルスが体内に入り込む。

◆ 飛沫（ひまつ）感染…コロナ、インフル

- ・感染した人が咳をすることで飛んだ飛沫（小さな水滴）に含まれるウイルスを別の人が口や鼻から吸い込んでしまい、ウイルスが体内に入り込む。

◆ 接触感染…コロナ、インフル

- ・感染した人が咳や鼻水を抑えた手で触れた場所にウイルスが付着し、それを別の人が触れ、その手で鼻・口に触れることで粘膜を通して感染する。

※WHOは、新型コロナウイルスはプラスチックの表面では最大72時間、ボール紙では最大24時間生存するとしています。

出典：厚生労働省HP 「新型コロナウイルスに関するQ&A（一般の方向け）」
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.html

感染経路について

○エアロゾル感染…コロナ

エアロゾルと呼ばれる飛沫より更に小さな水分を含んだ状態の粒子を吸入することでウイルスが体内に入り込みます。

○飛沫（ひまつ）感染…コロナ、インフル

感染した人が咳をすることで飛んだ飛沫（小さな水滴）に含まれるウイルスを別の人が口や鼻から吸い込んでしまい、ウイルスが体内に入り込みます。

○接触感染…コロナ、インフル

感染した人が咳や鼻水を抑えた手で触れた場所にウイルスが付着し、それを別の人が触れ、その手で鼻・口に触れることで粘膜を通して感染します。

※WHOは、新型コロナウイルスはプラスチックの表面では最大72時間、ボール紙では最大24時間生存するとしています。

新型コロナウイルスはエアロゾル感染、飛沫（ひまつ）感染、接触感染の3経路、インフルエンザは飛沫（ひまつ）感染、接触感染の2経路あります。

新型コロナウイルス感染症、インフルエンザ予防のポイント

- ① 手洗い・うがいをこまめに
- ② ワクチン接種
- ③ 湿度を保つ
- ④ 十分な休養とバランスのよい食生活
- ⑤ 人混みを避ける



咳エチケット

- ・せき・くしゃみの症状があるときは、マスクを。
(顔とマスクの間にすきまをつくらないように)
- ・とっさに出そうなときは、人から顔をそらし、ティッシュなどで口・鼻をおおう。



○新型コロナウイルス感染症、インフルエンザの予防

《かからないために》

- ①外から帰ってきたときは石鹸でよく手を洗い、ウイルスを洗い流す。
- ②ワクチン接種をすれば絶対に新型コロナウイルス感染症やインフルエンザを発症しないわけではない。しかし、発症する可能性を減らし、発症しても重い症状になるのを防いでくれる。
- ③空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下し、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザにかかりやすくなる。加湿器などを使って50%～60%の湿度を保つ。
- ④からだの抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた食生活を心掛けよう。
- ⑤三密（密集、密接、密閉）を避ける。外出するときはマスクをつけ、帰宅後は手洗いを忘れずに。

《うつさないために》

「咳（せき）エチケット」…せきやくしゃみをするときは、飛沫が飛ばないように工夫する。

- 咳やくしゃみが続くときはマスクをする。マスクは不織布（ふしょくふ）のものを。顔とマスクの間にすきまをつくらないように、マスクはつけましょう。
- とっさに出そうなときは他の人から顔をそらし、ティッシュ、ハンカチなどで口や鼻をおおう。
- 咳やくしゃみを手で受けた時は、手を洗う。