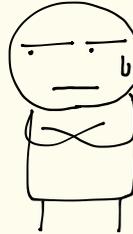


# 新型コロナウイルス感染を

## のりこえるための説明書

続

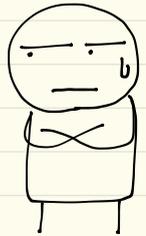
やるべきことが分かる  
やらないとどうなるか分かる



なるべくエビデンスに基づき、資料を作成しておりますが、  
状況は刻一刻と変わり、現時点での見解が今後も正しいとは限りません。  
エビデンスがない部分は個人の見解も含まれますので、注意してお使い下さい。

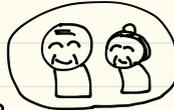
# 目次

- ① 己(おのれ)を矢口る
- ② 小情報は多すぎても、少なくともダメ. 正しく入手する
- ③ どうやって感染するの?
- ④ 空気感染とエアロゾル感染の違い
- ⑤ 感染予防はどうすればいい?
- ⑥ 手に咳をすると、どうなるのか?
- ⑦ 接触感染ってどういうこと?
- ⑧ なんで感染経路が不明なの?
- ⑨⑩ 咳エチケット・手洗い・アルコール消毒の重要性
- ⑪ ウイルスが"みんこくる
- ⑫ 医療崩壊って、結局どういうこと?
- ⑬⑭⑮ 今後どうなるか? (新型コロナ患者さんの場合)
- ⑯ 今後どうなるか? (新型コロナ患者さん以外の場合)
- ⑰ 今後どうなるか? (医療従事者の場合)

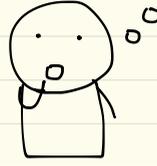


# 己を知る

どういふば...  
大丈夫かな



つかれてる?  
悩んでる?  
病気の具合は?  
ストレスフル?



自分が辛い人や  
家族の状況を知る  
どんな病気をもっているか百羅言誌

## 人生会議

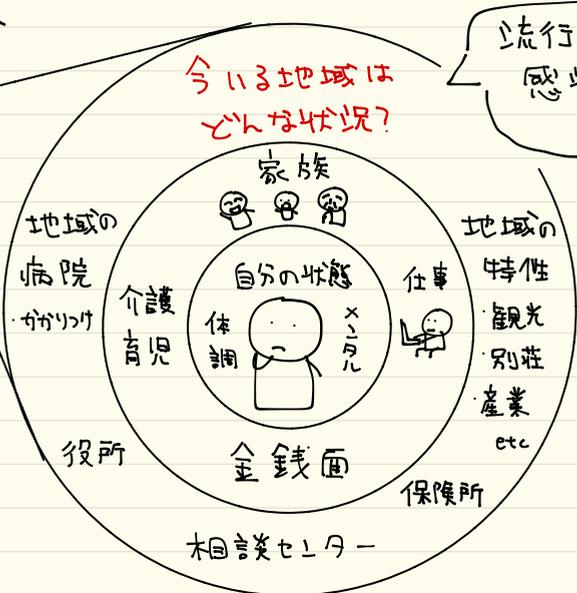
つかいとは思いますが、自分の両親が、人工呼吸器や人工心臓が必要なくらい重症になった場合、どんな処置をしてほしいか、  
どんな処置はしてほしくないかを一度は真剣に考えましょう  
この病気の性質上、もしもの時は急にやります

一度家族と話し合いを...



## <今、自分がおかれている状況を広い視野で見つめ直す>

こういう状況が...



今いる地域は  
どんな状況?

流行状況にあわせて  
感染対策のレベルは  
変えるべき





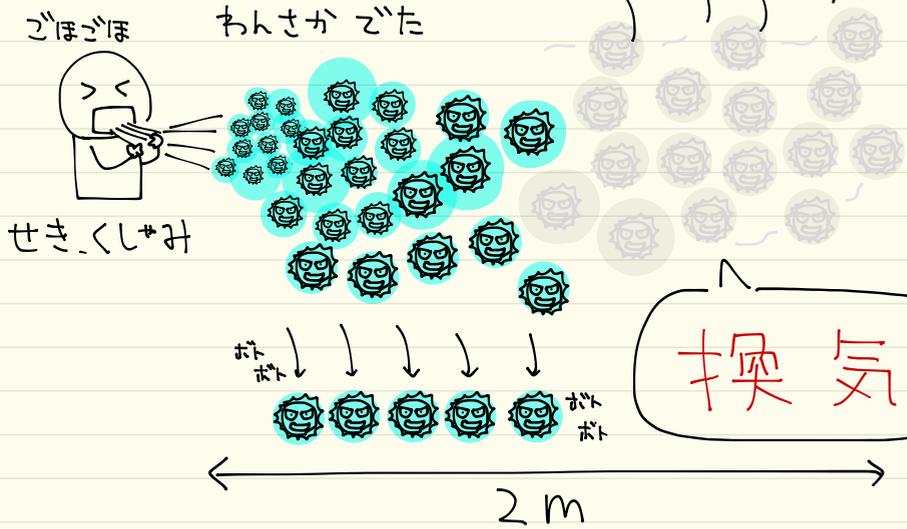


# エアロゾル感染を防ぐには

① 室内の空間をさける (3密空間の回避)

② 換気をこまめにする

目安: 1時間に最低6回  
(実際: こまめにするだけ、こまめに)



③ せきどる人には普通のマスク、こちらはN95



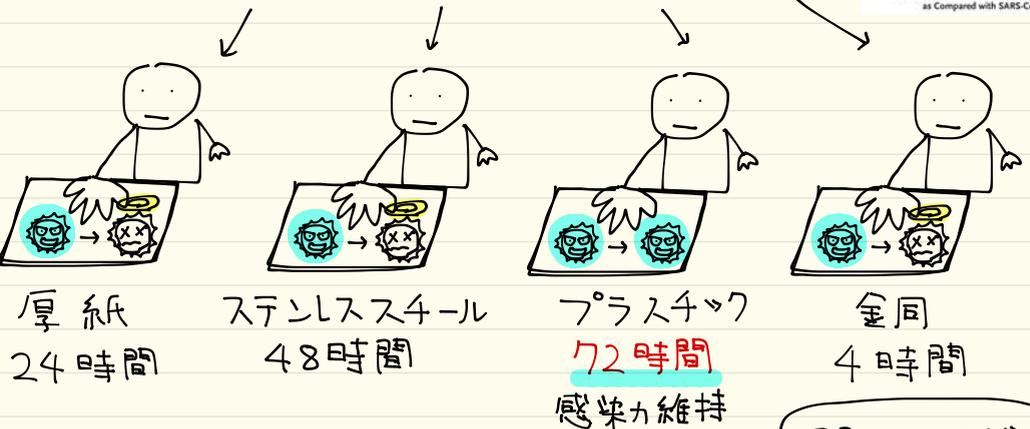
# 新型コロナウイルスの行く末

## <手に咳をふきかけると>



## 手に山ほどウイルスつく

THE NEW ENGLAND JOURNAL OF MEDICINE  
CORRESPONDENCE  
Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1



## <ウイルスの弱点>

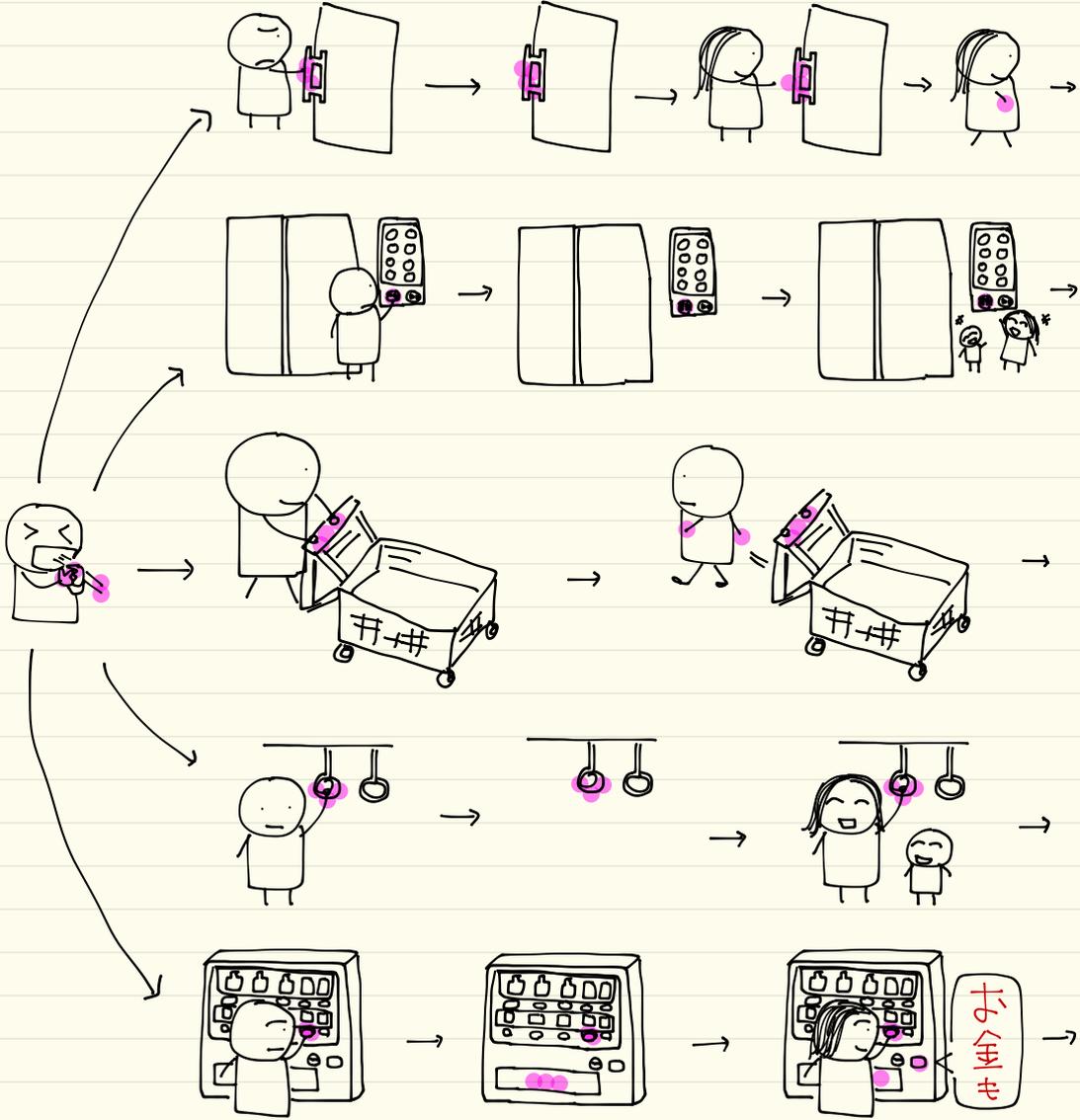
- ・アルコール消毒に弱い
- ・石けんに弱い
- ・洗剤に弱い
- ・熱に弱い (70度以上で一定時間)



服とかはまだよく分かってないし、本当に環境中にどれくらい感染力があるかは分かってない



# 接触感染とはどういうことか？

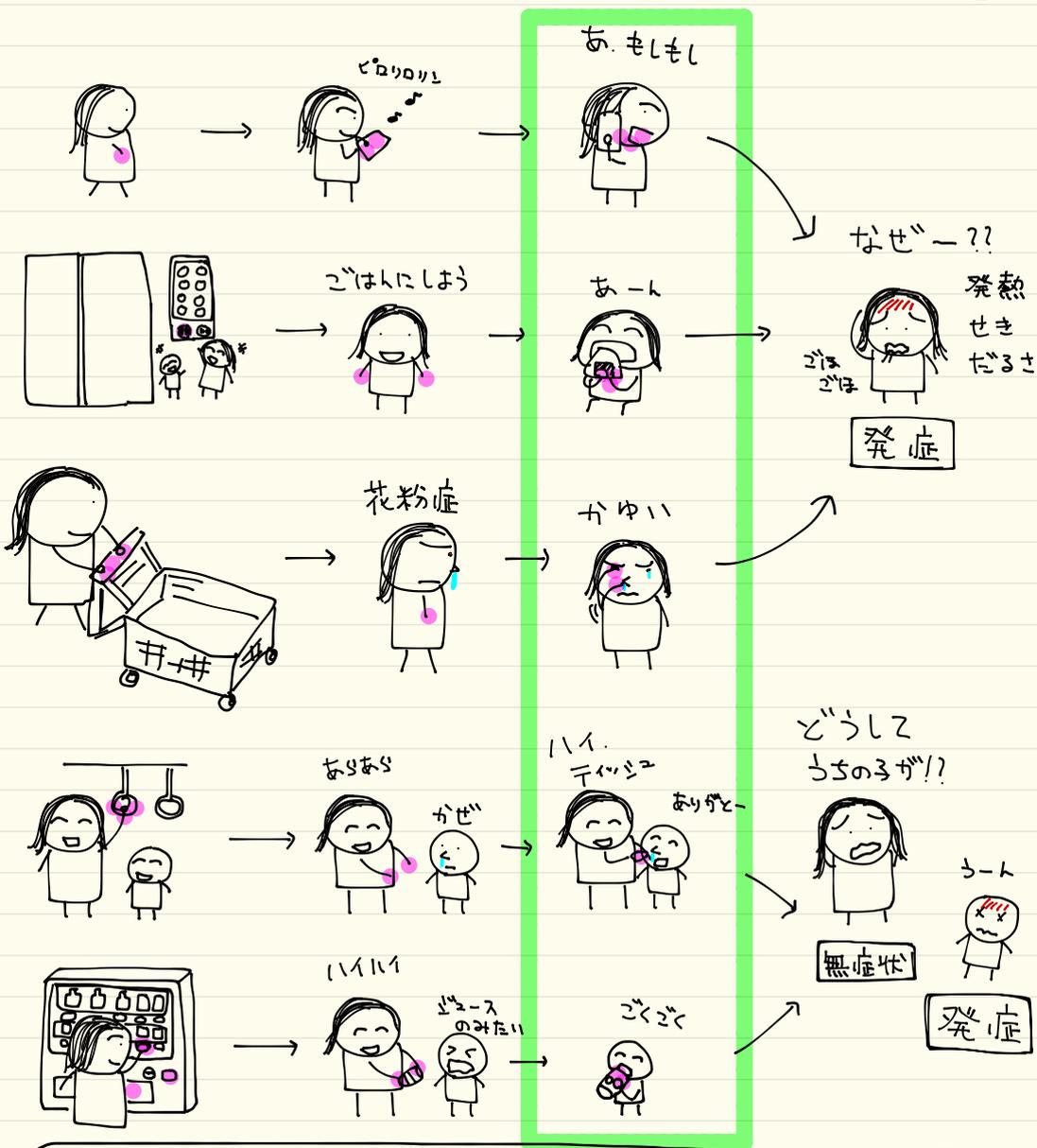


ふれるもの全てにウイルスが"いる"と思って対応する



# 感染経路が不明な理由

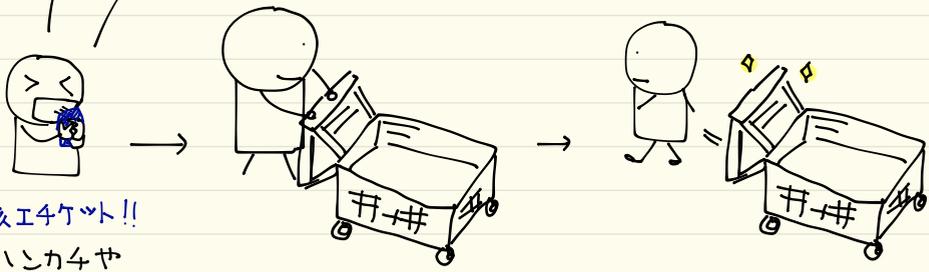
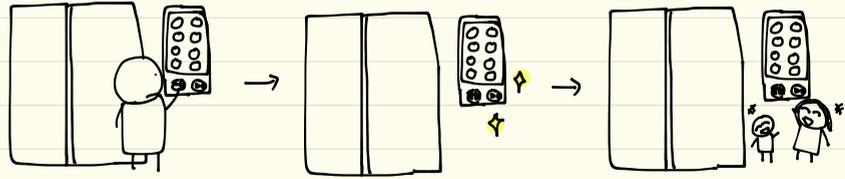
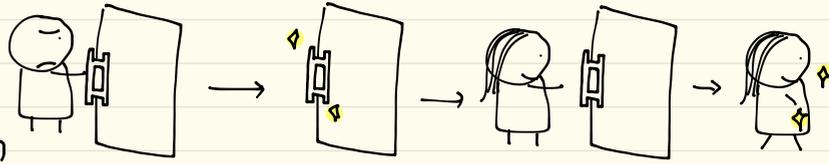
8



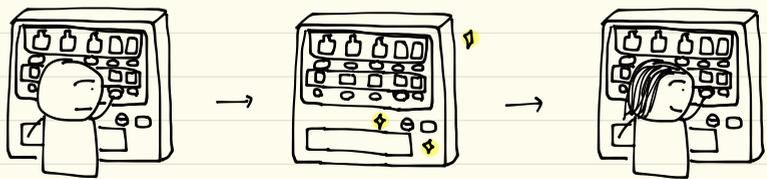
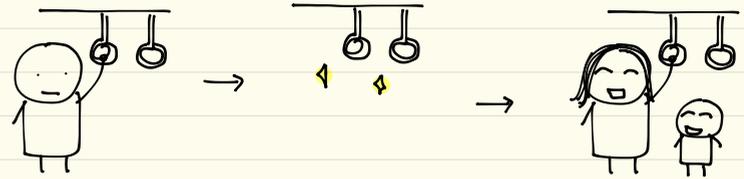
顔周りに手をもていかないようにする!!



# ロケチケットの重要性



ロケチケット!!  
(ハンカチや  
そでにむかして咳する)

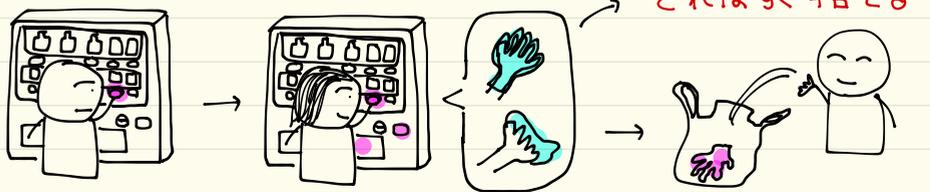
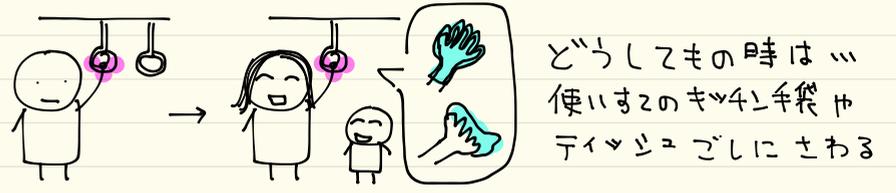
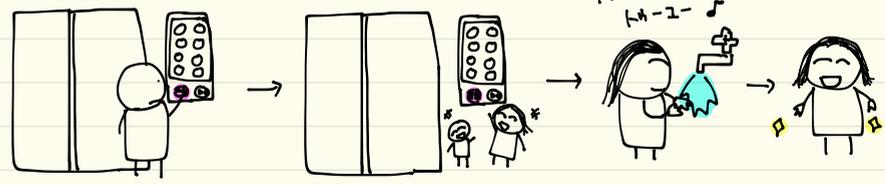
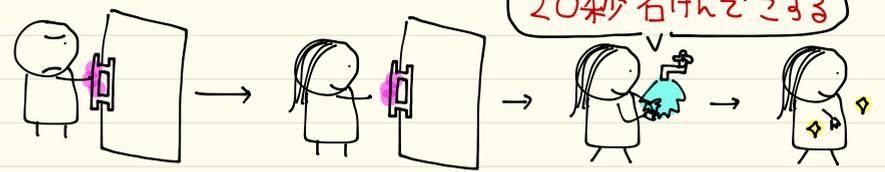


ロケチケットはとて重要!!



# 手洗い・アルコール消毒の力

少なくとも  
20秒石けんでこする



直接ふれない工夫

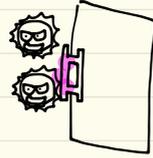
手袋は裏返して  
スーパーの袋へ

# ウイルスが見えるようになる!!

お金



けいたい

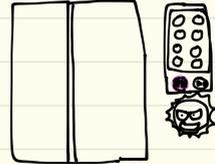


ドア

パソコン

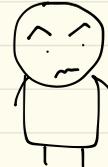


あっちにもこっちにも  
ウイルスがみえる  
(おな気がする...)

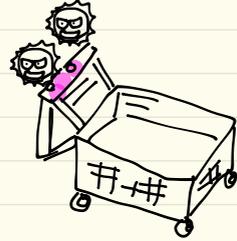


スイッチ

何日も  
使った  
マスク



LLLLL...

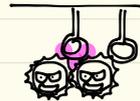


カート

郵便物



びびり



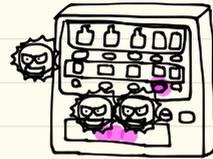
つりかわ

外食時の  
食器



おたせ  
しました

手すり



自販機

外出時には、ふれるもの全てに  
ウイルスがいると思って対応する

消毒できるものは消毒する

知らない人が触った物にふれた後は手洗いを



# 医療崩壊とはどういうことか

医療需要



医療供給

普段なら... 需要 < 供給

またECMOが ICUなどは...

今後... 需要 >>> 供給



最悪...  普段なら目力がある  
他の疾患でも七くなる人がでてくる

医療従事者にも犠牲者がでる可能性あり

極論 医療が崩壊すると、

死というものが、身近なものになり、

誰もが死と向きわなければならなくなる

ぞっとしますね...



# 今後どうなるか (新型コロナ患者さんの場合) ⑬

## < 病院を受診できなくなります >

4日以上続く症状  
電話しても...

病院  
いきたい

電話ごさい  
回しになります

うさごはムリ

うさごはムリ

うさごはムリ

どうすればいいんだー  
つらいのに...

命の危険を感じるなら  
QQ車おご  
下さい

軽症なので  
病院いかないぞ

担当者

## < 入院できなくなります >

呼吸状態がよければ (軽症とみなされれば) 自宅かホテル待機

入院したい...

けこうつらい  
せきひどい

ベットない

大丈夫  
ごさか?  
(健康状態  
4エック)

担当者

そんなよ...

ベットない

重症例、重症リスクがある人は  
指定された病院に入院となります

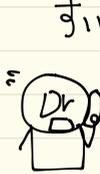
ですが、すでに東京では  
ベットがいっぱいです  
(4/5 現在)

入院先がなかなか決まらな  
県外へ入院させられることもできます  
(降したと、国外もありうる...)

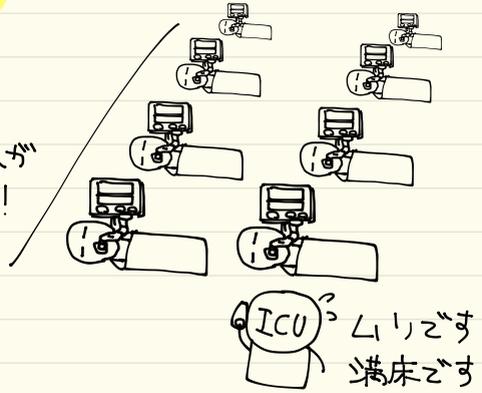
# 今後どうなるか (新型コロナ患者さんの場合)

14

## <ICUに入れなくなります>



もういじだ  
すいません  
ICUに  
入りたい人が  
います!!  
挿管して、  
人工呼吸器管理だ!!



## <日本のICU(集中治療)体制はとても脆弱>

感染者 死者 死亡率



105792人

12428人

11.7%



71808人

775人

1.1%

} この差は不可??

(2020.3.31時点)

集中治療体制の違い

ICUのベッド数



イタリア

12床 (10万人あたり)



ドイツ

30床 (10万人あたり)



日本

たった

5床 (10万人あたり) しかない

新型コロナ患者が入るのは、  
日本でトータル 1000床 に満たない

あ!! といふまに  
うまてしまふ...



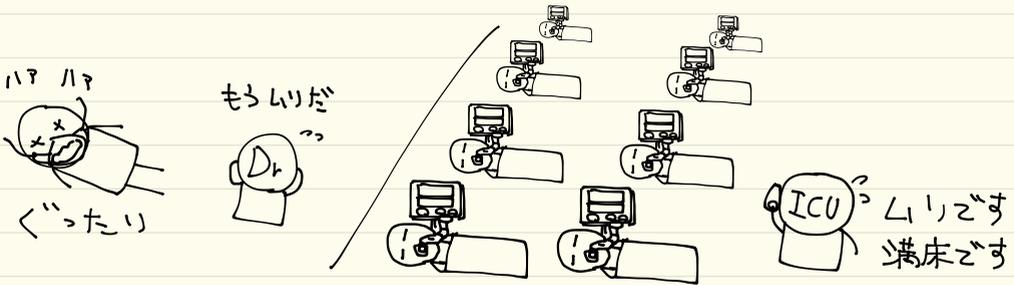
王聖輝 長声 明  
2020.4.1

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 患者の集中治療体制に関する調査報告書  
1. 調査の目的  
2. 調査の方法  
3. 調査の結果  
4. 考察  
5. 結論

# 今後どうなるか (新型コロナ患者さんの場合)

15

## <ICUに入れなくなるとどうなるか?>



有効と思える治療は試みしていますが  
状態は悪化し、人工呼吸器をつけないと、  
生きていけない状態です



ですが現状では、ICUは満床で入らず  
人工呼吸器もありません

このまま苦痛のないように、  
自然の形で最期を  
迎えるのも選択肢になると思います

## ICUに入れなくなると、死亡率が急増します

イタリアの死亡率が高いのはそのためです

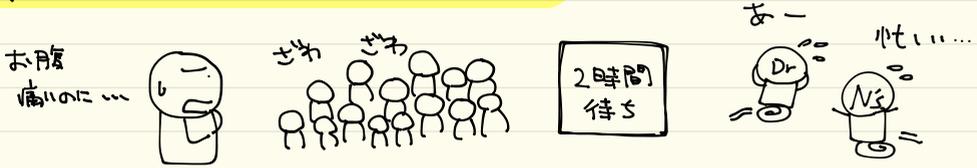
日本はイタリアの半分しかベッドがありません

しかも日本はイタリアよりも高齢化が進んでいます...



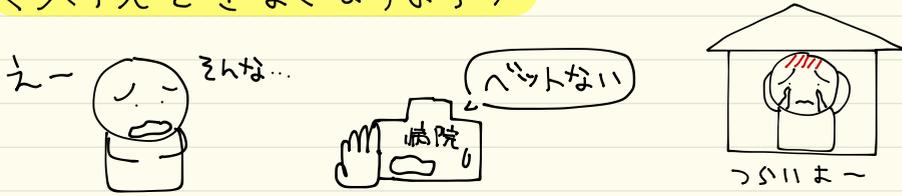
# 今後どうなるか (新型コロナ患者さん以外) (16)

## < 病院を受診できなくなります >



新型コロナじゃない人が病院になかなか行けなくなります  
健康診断やドック、予約の手術はできなくなります

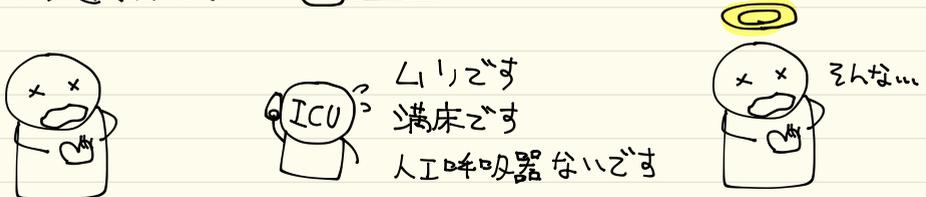
## < 入院できなくなります >



## < 目力かる命が目力かなくなり >



例えば交通事故でも...



例えば、心不全でも...

# 今後どうなるか (医療従事者の場合)

## <マンパワーがへります>

濃厚接触者や院内感染が起きます



残されたスタッフの仕事が2倍にも3倍にもなる

具体的には朝6時にきて、夜2時に帰るような生活が

最低、2週間連続で続く

## <亡くなる人がぞます>

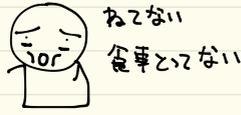


191Pでは医療従事者が60人以上なくなっている

## <精神が病みます>

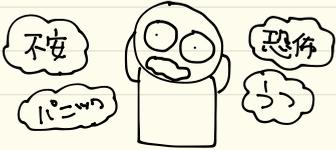
超過酷な勤務

3日連続働いている

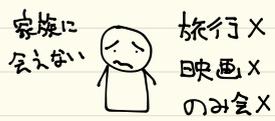


疑心暗鬼

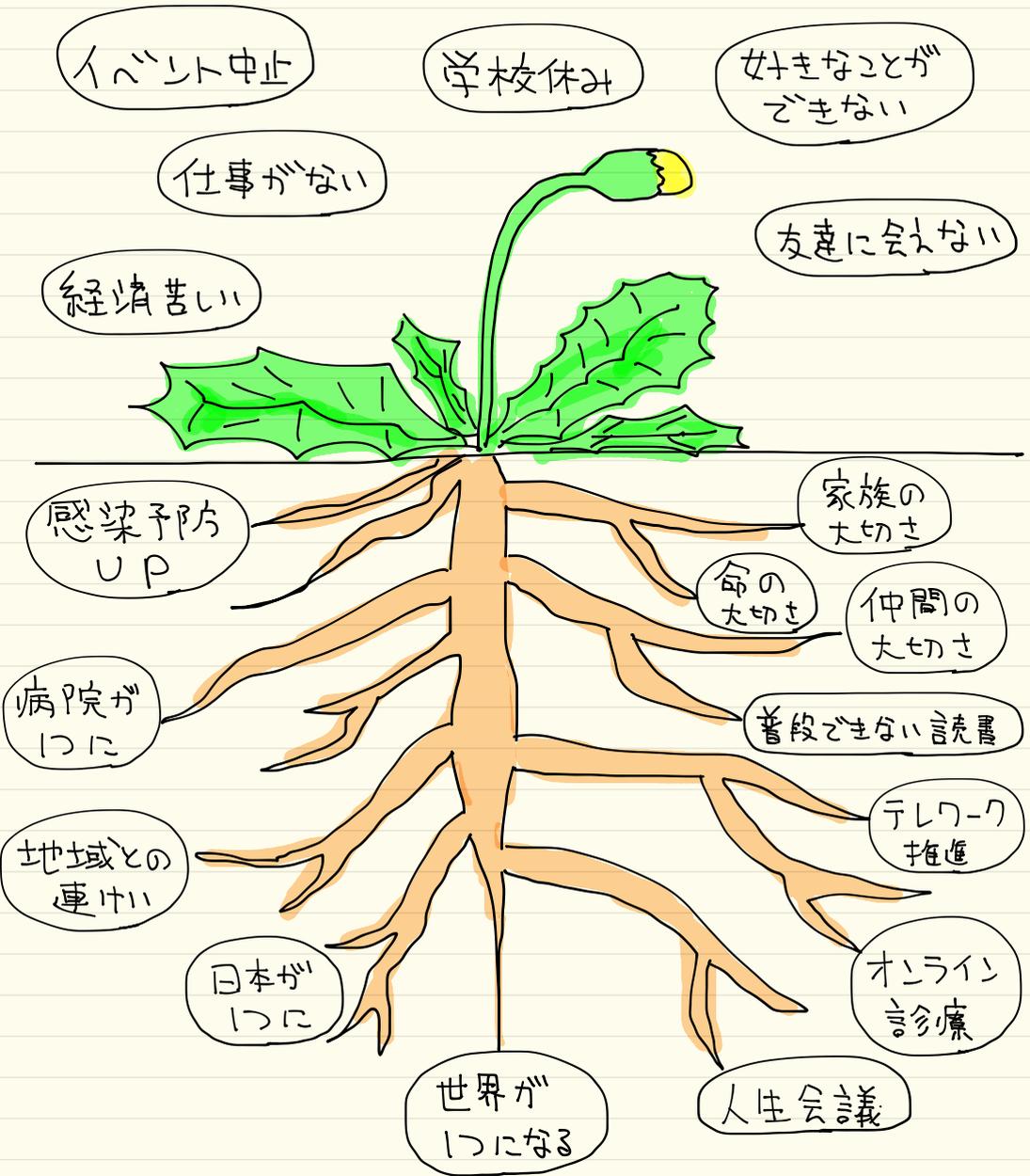
誰が感染してるんだ? 自分も感染してるかも



ストレスを発散できない



# 花を咲かせられないのなら根を伸ばす



# 最後に

今、日本中でコロナが流行しています

が、まだ間に合います(と信じています)

100点満点の予防はムリでも、**1人1人ができることをしましょう**

残念ながら、全国に感染が**流行しています**

もはや**密空間**に出入りすることは、**感染**を意味します

意図的に感染を広げる行為を行う人は悪ですが、

意図的ではなく、感染してしまった人は悪ではありません

ですが、**意図的に感染リスクが高い場所へ行くことは避けましょう**

誰かを非難するのではなく、常に前向きに考え続け、

この困難な状況をのりこえていきましょう

Hope for the best and prepare for the worst.

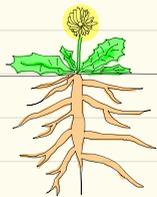
最善を願い、最悪に備える

Happy Easter  
♪-♪-♪

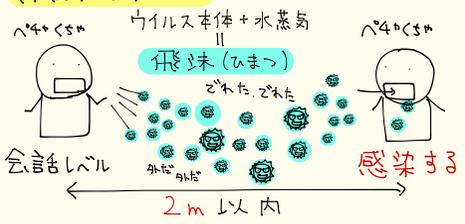


みんなと  
みんなを守ろう

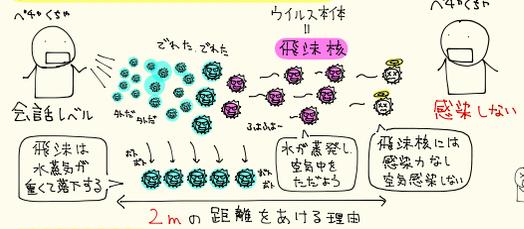
2020.4.5 諏訪中央病院  
総合診療科 玉井道裕



## <飛沫感染とは>



## <飛沫核感染 (空気感染)とは>



## <予防法>

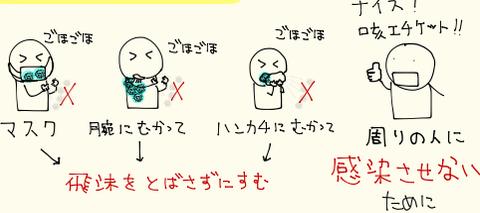
① 室内の空間をよける (3密空間の回避)

② 換気をまめにする

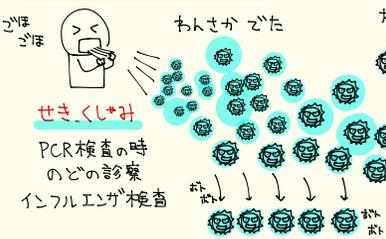
目安: 1日時間に最低6回 (実稼働ごまるとは、この間に)



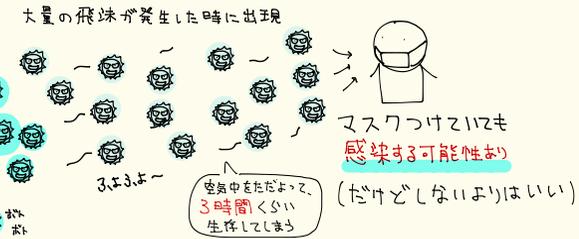
③ 咳エチケットをする



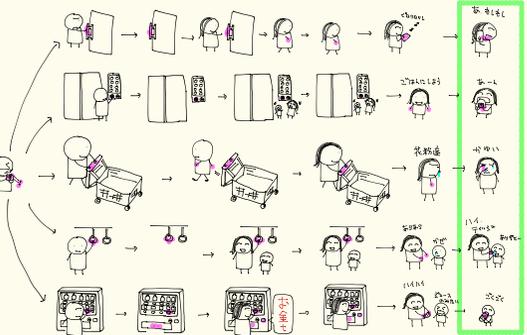
## <エアロゾル感染とは>



## エアロゾル (飛沫 + 飛沫核の中間)



## <接触感染とは>



家の外では

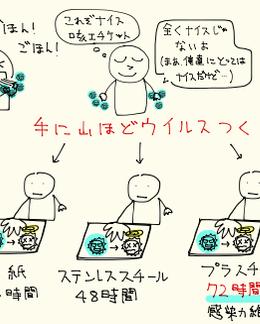
顔周りをさわらない

肩より上に手をもつていがないようにする

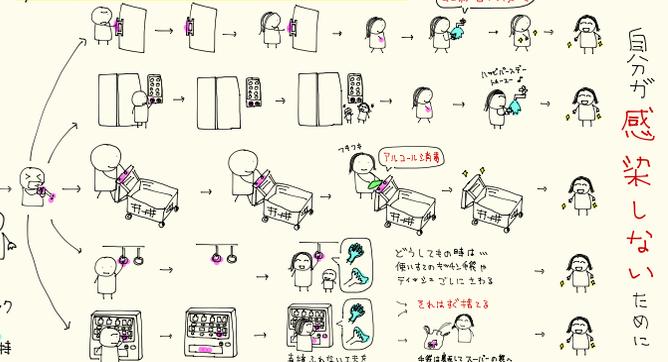
✖

肩が感染しないために

## <手に咳をふきかけると>



## <手洗い・アルコール消毒の力>



肩が感染しないために

