

正しく知ろう！ 新型コロナウイルス感染症について

令和2年2月26日（水）玉造中 保健室

1. 新型コロナウイルス感染症とは

ウイルス性の風邪の一種です。発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える人が多いことが特徴です。感染から発症までの潜伏期間は1日から12.5日（多くは5日から6日）といわれています。

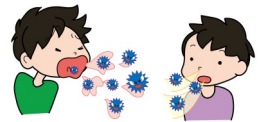
●コロナウイルスの名前の由来

電子顕微鏡で観察されるコロナウイルスは、球形で、表面には突起が見られます。形態が王冠“crown”に似ていることからギリシャ語で王冠を意味する“corona”という名前が付けられました。

2. 感染経路

ひまっ

飛沫感染・・・感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の人がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。



接触感染・・・感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の人がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。むやみに目・鼻・口を触らないようにしましょう。



3. 予防方法

①手洗い・アルコール消毒

- こまめに石けんで手を洗う。

特に、外から帰ってきたときや食事の前には必ず行いましょう。

- ハンカチを持ってくる習慣をつける。

せっかく手を洗ったのに洋服で手を拭いたら意味がありません。ハンカチの共用も避けましょう。

- 濡れた手でアルコール消毒をしない

アルコール濃度が低下し、殺菌力が弱くなります。



②咳エチケット

- マスクをする
- ティッシュ、ハンカチで鼻と口を覆う
- 袖で鼻、口を覆う

※ガーゼマスク、キッチンペーパーを使ったマスクは効果が期待できません。マスクが手に入らない場合は、使い捨てマスクの内側にガーゼを入れて、そのガーゼを取り替えることが推奨されています。

③免疫力を高める

- バランスのよい食事
- 適度な運動
- 睡眠をしっかりとる



(参照) ・厚生労働省ホームページ ・首相官邸ホームページ ・国立感染症研究所ホームページ

・特設サイト 新型ウイルス肺炎 NHK NEWS WEB

「帰国者・接触者相談センター」印旛健康福祉センター（印旛保健所）成田支所 電話：0476-26-7231

風邪の症状や37.5度以上の発熱が4日以上続いた場合、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある場合、医療機関において新型コロナウイルスに感染していると診断された場合はご相談ください。

【裏面もご覧ください】