

**Q1** 新型コロナウイルス感染症とインフルエンザは何が違うのですか？

**A1** 新型コロナウイルス感染症の予後について予測がまだできないこと、インフルエンザと異なり、ほとんどの人が**免疫(抵抗力)を持たないこと**が大きく異なります。

**Q2** 新型コロナウイルス感染症の流行はなくなりませんか？

**A2** 皆さまの努力により、大流行はしないと思いますが、**新型コロナウイルスの流行は、世の中に残る可能性は非常に高い**と思います。おそらく撲滅はできません。

**Q3** 新型コロナウイルスにかららないためにはどうすればいいですか？

**A3** いわゆる「**三つの密**」①密閉空間、②密集場所、③密接場面が重なる状況を避

けることです。また、感染する、重症化する原因の一つとして、**免疫(抵抗力)を誰も**が持たないことが問題です。1〜2年以内にワクチンが開発されてくると思いますので、そのときにはワクチン接種を受けて免疫を上げてください。もちろん免疫を下げる糖尿病などの生活習慣病の管理や日頃の体調管理の重要性は言うまでもありません。

**Q4** 新型コロナウイルス感染症に対する薬ができるでしょうか、大丈夫ではないですか？

**A4** 皆さまがご存じのように、インフルエンザに薬がありますが、実は効果としては発熱期間が5日から4日に短くなるような程度の効果しかありません。ウイルスと闘うために、最も大事なのは本人の免疫であり、これから開発されるであろう**どんな薬も万能ではありません**。

新型コロナウイルス感染症が世の中を揺るがしています。これまで誰もが経験したことのない状況の中で、市民の皆さまは、さまざまな工夫を凝らしながら、日常生活を送られていることと思います。4月16日に全都道府県に出された新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言は、現段階で感染者のいない串間市にも、多大なる影響を及ぼして、この記事を書いている生活がどうなっていくのか、いまだに見通せない状況になっています。

実は新型コロナウイルスは、これまでに全世界で7種類見つかっていて、うち4種類は普通の風邪の原因ウイルスであり、風邪の原因の10〜30%程度を占める、普通に存在するウイルスなのです。ただし、今回見つかった新型コロナウイルスについては、新型コロナウイルスに対して誰も免疫(ウイルスに対する抵抗力)を持っていないことから、予測することのできない結果を生み出します。誰が重症化するのかわからない、この得体の知れない恐ろしさが、緊急事態宣言を行うまでの嚴重な管理を必要とする状況を引き起こしています。

政府は、新型コロナウイルスのまん延を防ぐために、不要不急の外出をお

## ウイルス感染症について

### 新型コロナウイルス感染症の流行から考える

新型コロナウイルス感染症が世の中を揺るがしています。これまで誰もが経験したことのない状況の中で、市民の皆さまは、さまざまな工夫を凝らしながら、日常生活を送られていることと思います。4月16日に全都道府県に出された新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言は、現段階で感染者のいない串間市にも、多大なる影響を及ぼして、この記事を書いている生活がどうなっていくのか、いまだに見通せない状況になっています。

実は新型コロナウイルスは、これまでに全世界で7種類見つかっていて、うち4種類は普通の風邪の原因ウイルスであり、風邪の原因の10〜30%程度を占める、普通に存在するウイルスなのです。ただし、今回見つかった新型コロナウイルスについては、新型コロナウイルスに対して誰も免疫(ウイルスに対する抵抗力)を持っていないことから、予測することのできない結果を生み出します。誰が重症化するのかわからない、この得体の知れない恐ろしさが、緊急事態宣言を行うまでの嚴重な管理を必要とする状況を引き起こしています。

政府は、新型コロナウイルスのまん延を防ぐために、不要不急の外出をお

よび「三つの密」①密閉空間(換気の悪い密閉空間である)、②密集場所(多くの人が密集している)、③密接場面(互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる)が重なる状況を避けるようにし、自己への感染を回避するとともに、「他人に感染させないよう徹底しましょう」と繰り返し注意喚起をしています。また、感染防止のためには、できる限り頻繁に石けんを使って手洗いをすること、咳をする際には、咳エチケットにより飛沫を飛ばさないようにし、室内の換気にも気を付けていくこと、は基本的な予防策として推奨されています。

しかし、この予防策は新型コロナウイルス感染症のための特別な方法ではなく、実はインフルエンザなど、これまでよく知られているウイルス感染症の予防と何ら変わりはありません。

一般的には、ウイルスは飛沫感染、接触感染で感染します。閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあるとされています。これは、普通の風邪やインフルエンザなどにも共通するウイルス感染症予防の基本です。ぜひ、冬季などでインフルエンザが流行している時期にも思い出してください。

最近では、新型コロナウイルスを判定する方法として、PCR検査という言葉

薬を耳にします。PCR検査は、そのウイルスの遺伝子の一部を増幅することで、感染しているかどうかを確認する方法です。患者の鼻や喉の粘膜からのぬぐい液(インフルエンザ検査で鼻に綿棒を入られるあの方法です)から検査しますので、陽性ならば感染している可能性がかなり高くなります。しかし、綿棒の先にウイルスがついていなければ結果は陰性となります。一方、インフルエンザ迅速検査は、PCR検査ではありません。イムノクロマト法という方法で、ウイルスがある一定数以上存在することをPCR法とは別の方法で確認する方法であり、実は感染していても、例えば綿棒の先にウイルスがついていなかったり、ついでにウイルス量が少なかりたりすると、検査結果は陰性になるのです。実際には、インフルエンザを疑って検査しても3割程度は陰性となるといわれています。よく、医療機関に「インフルエンザかどうか会社で調べて」と言われたら検査してほしい」と市民病院を受診される方がいますが、検査をして陰性といっても、そのうち3割はインフルエンザウイルスに感染していますので、このような方が日常生活を送ることでインフルエンザ流行を引き起こす一因となります。このような理由から、早期の回復を促すために、症状があれば、しっかりと自宅で休養することが推奨されるのです。

## 健幸通信

### じゃがじゃが



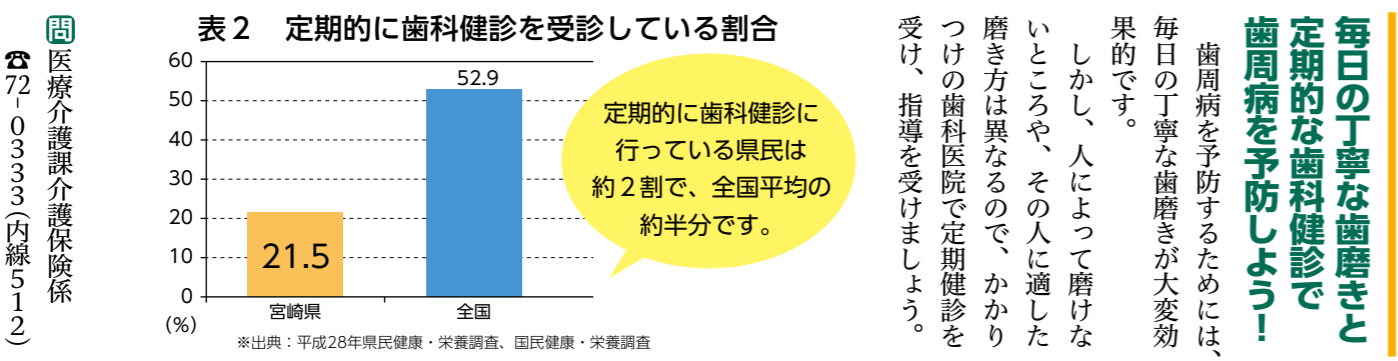
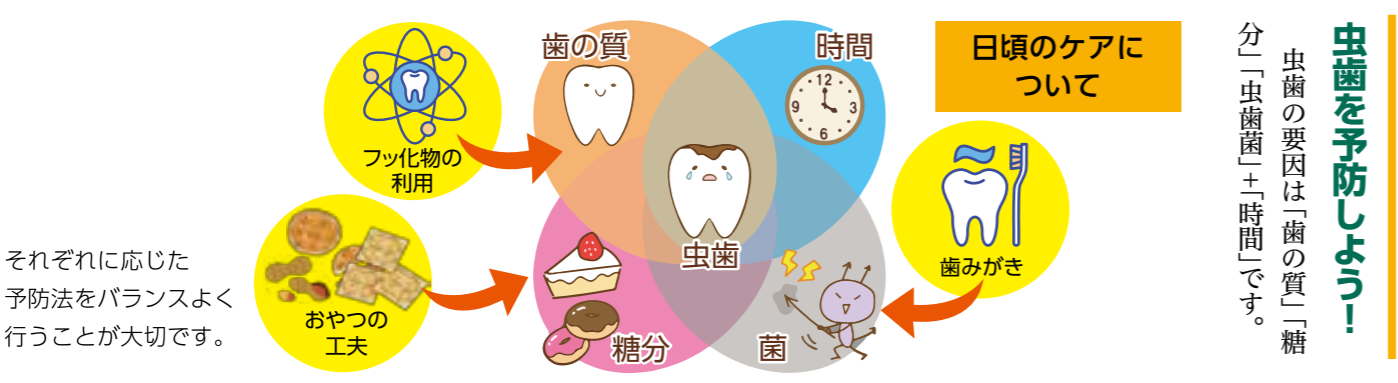
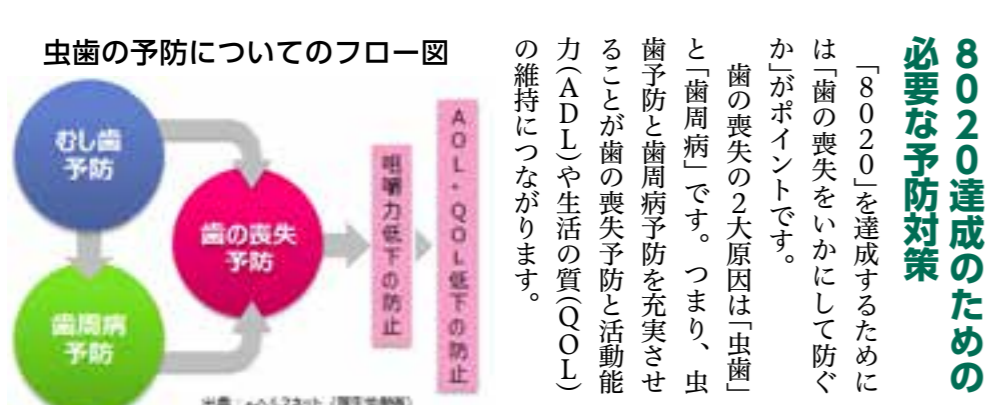
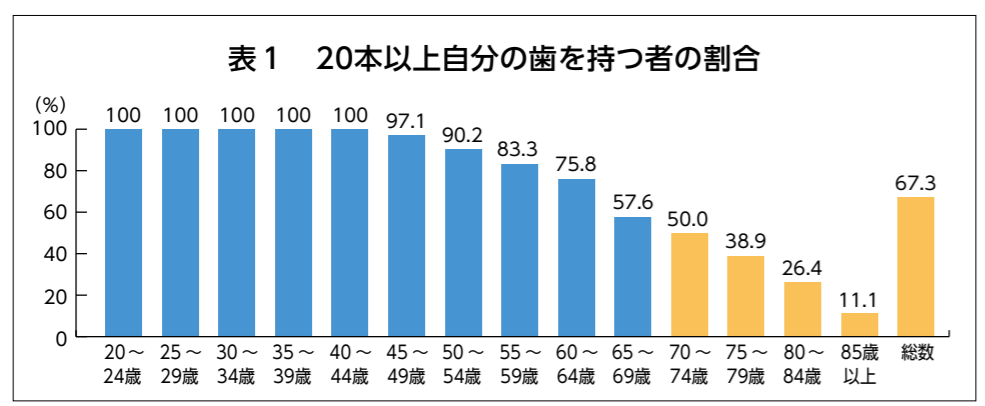
## 20本以上の歯がある人、ステキやせんべいを食べられます。

自分の歯が20本以上ある人と、19本以下の人とは、食事の内容やそしゃく機能の満足度に大きな差があります。また、歯が多く残っている人ほど総医療費が少ないことも分かっています。おり、歯と口の健康を守ることには体の健康を守ることにつながります。しかし、宮崎県の「20本以上自分の歯を持つ者の割合」は70歳以上から半数以下になっています(表1)。

# いつまでもおいしく食べるために。めざせ8020!

ハチマルニイマル

**8020とは?** 「8020運動」は「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動で、生涯にわたり自分の歯で物を噛むことを意味します。



医療介護課介護保険係  
72-0333(内線512)