

サヨナラ・コロナ

Part 1 総論編

地域医療振興協会
揖斐郡北西部地域医療センター山びこの郷/久瀬診療所
菅波祐太

2020.4.20

はじめに

作成者は、岐阜県のへき地でプライマリケアに従事する総合診療医です。

新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、

プライマリケア従事者が正しい知識をもとに行動できることの重要性を切に感じ、

現在、所属施設のスタッフを対象とした勉強会を開催しております。

対象は、看護師、介護士、セラピスト、事務、栄養士、ケアマネジャー、相談員、関係業者等です。

その資料を、他施設の方にもたたき台としてお使い頂ければと思い、ほぼそのまま共有します。

お使いになる際には、以下の3点にご留意ください。

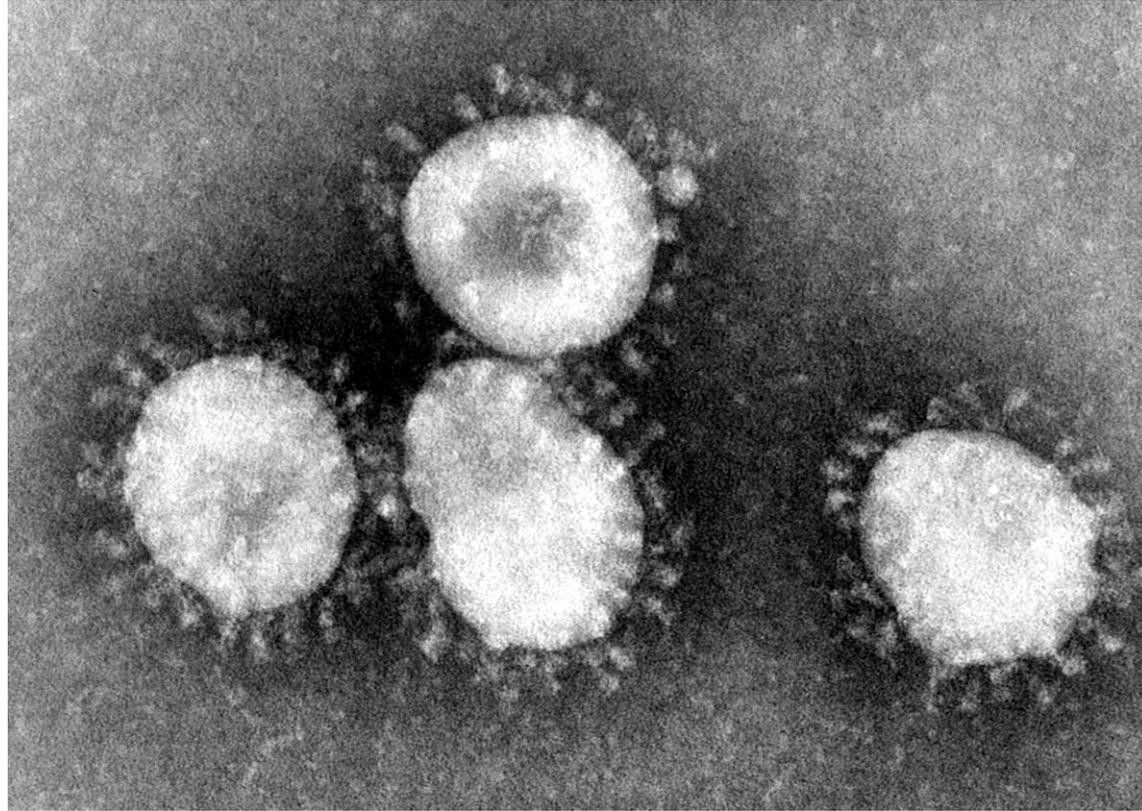
本見解は、一個人のものであり、情報に誤りがある可能性があります。

当施設は作成時点で流行早期の段階にあり、情報に偏りがある可能性があります。

使用にあたっては「教育・指導」のみを目的としてご利用頂くようお願いいたします。

開示すべき利益相反はありません

コロナウイルスはサヨナラできるか



大丈夫です。1対1なら人間に分があります。
ただし、人類としての協力が必要です。

目標

- 新型コロナウイルス感染症対策を，職員が協力して行うことができる
- 職員の感染者ゼロ
- 施設利用者の感染者ゼロ
- 施設内感染ゼロ（施設でクラスター発生をしない）
- 職員家族の感染者もゼロ

※目標は流行状況によって変えていきたいと思います

協力する

協力とは

- 皆できるだけ同時に**感染対策**を行うこと
- 上手くいかないこともあるでしょう。でもそれはお互い様です。
そんな時は許すこと。仲間割れではウイルスの思う壺です。
- 完璧にはいかないでしょう。相手は未知のウイルスです。
「やらないよりまし」の精神で、**できることをやっていこう**。
- 我慢の時間が続くでしょう。
「明けない夜はない」と思って**辛抱強くやっていきましょう**。

許そう

- ライブ，ジム，ナイトクラブ，食事会．．．
- どんなに気を付けていても，なるときはなります
- 責めても後の祭り，明日は我が身，お互い様
- 申告してくれてありがとう
- これからどうするか，が大事
- **まず，互いを咎めないことを約束しましょう**

できることをやろう

- 資源のない中で、完璧は不可能です
- 各地域で、各施設で、各部署、各患者・利用者で、それぞれに限界がある
- **感染対策は足し算，掛け算です**
- できることを同時にやろう

我慢しつつ、変わっていきこう

- 終息にどれだけの時間がかかるか分かっていません
- 新薬やワクチンが利用可能になるまで、1年以上かかるという見方が多いです
- 新薬もワクチンもどれだけ効くか分かりません
- 「With コロナウイルス」時代に突入したという見方もあります
- **コロナウイルスありきの社会で、どのように医療・介護を提供するか？が問われています**
- 我慢しつつ、変わっていきこう

※体制変更にあたっては、ぶつかることもあるでしょう

※いま、仲間割れは最も避けるべきことです

協力と共有のジレンマ

- 協力するためには、人と人の接触、物品の共有が不可欠でした
- しかし「接触」や「共有」がアダとなり、感染に繋がります
- **「共有」物品にはウイルスがついているものと考えて、使いましょう**
- 接触・共有を減らしつつ、協力する体制を考えましょう
- 「離れて、繋がる」という言葉が生まれています

例) チーム分け, ICT活用, 共有物品のこまめな消毒など

サヨナラの方法

0. コロナの特徴を知ろう
1. 侵入経路を遮断しよう
2. 感染者を減らそう
3. 洗おう, 乾かそう
4. 元気でいよう
5. 時間を稼ごう

「彼を知り己を知れば百戦殆うからず (かれをしり おのれをしれば ひやくせんあやうからず.)」 (孫子)

コロナを知ろうー侵入法ー

- その辺にくっついているウイルス→手→目鼻口（接触感染）
- 大きめのつばが飛んでくる→目鼻口（飛沫感染）
- ものすごくちっちゃいつばが飛んでくる→気道（空気感染）

対策の原則①：侵入経路を遮断しよう

コロナを知ろうー増殖法ー

- 生物に感染し、その中で増殖して、別の生物に移動するということを繰り返している
- その内にとんでもない量のウイルスが地域に存在するようになる

対策の原則②：感染者を減らそう

コロナを知ろうー退治法①感染性を失うにはー

- 石鹼
- 洗剤
- アルコール（70%以上）
- 次亜塩素酸0.05%
- 70度以上で一定時間熱する
- 乾燥

対策の原則③：洗おう，乾かそう

コロナを知ろうー退治法②ー

- 自分の免疫

対策の原則④：元気でいよう

コロナを知ろうー退治法③ー

- ワクチンで作った免疫（開発中）
- 抗ウイルス薬（開発中）

対策の原則⑤：時間を稼ごう

協力しよう

1. 侵入経路を遮断しよう
2. 感染者を減らそう
3. 洗おう，乾かそう
4. 元気でいよう
5. 時間を稼ごう

参考文献

- 厚生労働省ホームページ
- 国立感染症研究所ホームページ
 - [新型コロナウイルス感染症に対する感染管理\(2020年4月7日改訂版\)](#)
- 日本環境感染学会ホームページ
 - 医療機関における新型コロナウイルス感染症への対応ガイド 第2版改訂版 (ver.2.1)
- 日本医事新報社ホームページ
 - 緊急寄稿 (1) 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) のウイルス学的特徴と感染様式の考察 (白木公康)