

# 健康 コラム

## 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)現状とこれから



秋田厚生医療センター 感染防止対策室  
看護師長

みずの すみえ  
水野 住恵

### 『はじめに』

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)が流行し3年目になりました。今年は、行動制限のないゴールデンウィークとなり、久しぶりに旅行にでかけてリフレッシュした方も多いのではないのでしょうか。さらに、竿灯も、港まつりも、大曲の花火も今年は開催する方向に進んでいるとのこと、少しずつ日常を取り戻し始めたと思います。とは言え、まだ完全に普段通りの生活というわけにはいかないのが実情です。私たちは、これからどんなことに気を付けて生活をしてらよいのでしょうか。

### 『感染状況とこれまで国が行ってきた対策』

昨年も、かなり流行したイメージではありましたが、今年の1月から桁違いの流行となり、その後、じわじわと減少しております。(2022年6月1日現在)国が行ってきた大きな対策として、①ワクチン接種による重症化の防止②新型コロナウイルスの薬の普及があります。これによって、新型コロナウイルスに感染して死亡する割合(致死率)はかなり減少してきています。ですが今後も新型コロナウイルスは消滅することはなく、共存していかなくてはならないものになるそうです。

### 『まずはやりすぎ対策をやめましょう』

ではこれから私たちはどのように行動したら良いのでしょうか。まずは、これ

まで過剰にやりすぎてきた対策、あるいは「パフォーマンス」として実践を迫られてきた対策を見直す時期にあると思います。継続可能なメリハリのある感染対策に移行することで、少しずつ日常を取り戻さなければなりません。やりすぎの感染対策は、色々な歪を生みます。コストや労力がかかる割に、本当に効果があるかわからないものも多くあります。

★マスクは常時着用する必要はなく、人との距離が近い場合に配慮しましょう。(病院や高齢者施設など、求められている施設ではきちんと着用をお願いします。)

★環境の消毒は、通常清掃レベルで問題ありません。環境を無菌にするよりも環境を触った手で目、鼻、口を触らないようにする、あるいは触る前に手指消毒する事を、心がけましょう。

★施設の前に置きっぱなしになった管理されていないアルコールはありますか？一般的にアルコール濃度が下がると消毒効果は落ちてしまいます。開封後の期限を守り管理をしましょう。

★空間は除菌できません。消毒薬の噴霧は、吸入する事により健康被害さえ心配されます。

★検温システムについては、COVID-19患者が必ずしも発熱しているとは限りませんし無人の測定器もあまり意味はありません。

★スーパーのレジ担当の手袋常時着用も見直す必要があります。人は手による触感で、「ぬめり」などに気が付き汚れを察知できます。また手袋を着用していることで、手指消毒の妨げにもなります。一般的に手袋は人の体液などに触れる可能性があるときに着用するものです。

★不特定多数の人の手垢や飛沫で汚染しているであろう、清掃されていない飛沫防止板も撤去したいところです。

### 『本当に大切な対策をみんなが丁寧に 行いましょう』

今までの過剰な対策をやめることで、本当に必要な対策に労力とコストをかけることができるようになります。新型コロナウイルス感染症は飛沫感染+接触感染です。空気感染は特別な環境下のみ起こりますので、普段意識する必要はありません。大切な感染経路を遮断することです。症状がある人は無理して仕事に出勤せず自宅で見ましましょう。どうしても出かけなければならぬ時は、エチケットとしてマスクを着用しましょう。接触感染の予防には手指消毒が大切です。これからはコロナに限らず、インフルエンザ、ノロウイルス、なども含め感染対策は学校教育でも必要かもしれませんね。一人一人がマナーを守ることが感染対策につながります。