あおぞら

Vol. 51
2020.7月号

Denenchofu Central Hospital Free Paper

TOPICS: 新型コロナウイルス感染症治療薬と新しい生活様式

新型コロナウイルス感染症（以下「COVID-19」という）の治療薬について、現時点では特効薬がなく、解熱鎮痛薬や咳止め去痰薬の服用をはじめとする、対症療法が基本とされています。しかし、昨今ニュース等で治療薬の話題が報じられており気になるところです。今回は、新型コロナウイルス感染症治療薬について取り上げてまいります。

現在承認されている薬

レムデシビル（商品名：ベクルリー点滴）

もともとエボラウイルス感染症の治療薬として開発されましたが、生体外の実験では新型コロナウイルスの増殖を抑制する効果が示されています。人を対象とした研究では、臨床的改善に効果があったという報告と、科学的に死亡と臨床的改善への有効性を示せなかったという報告があります。2020年5月1日に米FDA（食品医薬品局）が重症入院患者を対象に緊急時使用許可を与え、これを受けて5月7日に国内でも重症患者に対して使用することが可能になりました。

治療の候補薬

昨今いろいろな薬の名前を耳にする機会が増えました。
その中からファビピラビル（商品名：アビガン錠）とシクレソニド（商品名：オルベスコ インヘラー）についてご紹介します。

ファビピラビル（商品名：アビガン錠）

新型または再興型インフルエンザ感染症が発生した場合に限り、2014年3月に国の判断のもとに処方が可能になった国産の薬です。ウイルスの増殖を抑制する効果があり、その仕組みからCOVID-19にも有効である可能性があります。国内でもCOVID-19に対する使用経験が多く共有されています。現在この薬を客観的に評価するための研究が進められています。

シクレソニド（商品名：オルベスコ インヘラー）

気管支喘息に使われている吸入ステロイドです。生体外の実験にてCOVID-19に対し特異的に抗ウイルス作用を示したとの報告があります。現時点では、他のステロイド吸入薬ではこの効果が確認されておりません。患者に使用したところ有効であったという報告が数例あるものの、多くの患者を対象とした研究は行われている最中であり、現在のところCOVID-19に対する有効性はわかっていません。

参考・引用資料：日本感染症学会COVID-19に対する薬物治療の考え方第4版

ワクチンについて

国内外で多くの研究機関および製薬会社が積極的に開発に乗り出しています。実用化にはまだ時間が必要と思われます。

BCGワクチン（結核の予防ワクチン）

幼少期のBCGワクチンの接種の有無が、各国の患者数や重症患者数に影響しているのではないかという指摘があります。これに対し日本ワクチン学会は、BCGワクチンのCOVID-19に対する有効性は科学的に確認されたものではなく、現時点では否定も肯定も、もちろん推奨もされないとの見解を示しています。

出典：日本ワクチン学会 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に対するBCGワクチンの効果に関する見解〈2020.4.3 Ver.2〉

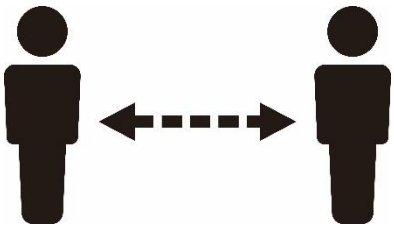
新型コロナウイルス感染症に関する情報は日々更新されています。新しい情報の確認と正しい情報を得ることが大切です。次項では「新しい生活様式」ついてご紹介します。

新しい生活様式 －新型コロナウイルスに対する備え－

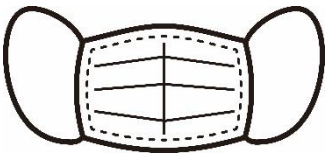
5月25日に緊急事態宣言が全国で解除され、さらに東京都では6月19日に休業要請が全面解除されました。
これに伴い、徐々に社会経済活動が再開していくことでしょう。しかし、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が終息したわけではありません。私たちは新型コロナウイルス感染症と向き合いながら生活をする必要があります。今後の感染拡大を防ぐための「新しい生活様式」をご紹介します。

感染防止の3つの基本

①身体的距離の確保



②マスクの着用



③手洗い

一人ひとりができる基本的な感染対策

- ◻ 人との間隔はできるだけ2m（最低1m）空ける。
- ◻ 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
- ◻ 会話をする際は可能な限り真正面を避ける。
- ◻ 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用。
- ◻ 家に帰ったら、まず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- ◻ 手洗いは30秒程度かけて水と石鹸で丁寧に洗う。（手指消毒の使用も可）

※高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

出典：厚生労働省 「新しい生活様式実践例」
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html

移動に関する感染対策

- □ 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- □ 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- □ 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- □ 地域の感染状況に注意する。

基本的な生活様式

- □ 三密の回避（密集・密接・密閉）
- □ こまめに換気する。
- □ 毎朝の健康チェック、体温測定。
- □ 咳エチケットの徹底
- □ まめに手洗い・手指消毒

日常生活の各場面別の生活様式

買い物は少人数で
素早く済ます

通信販売も利用

電子決済の利用

公園は
空いた時間・場所で

運動は
距離を取って

移動は
徒歩・自転車も併用

大皿は避けて
料理は個々に

テイクアウトや
出前も利用

大人数での
会食は避けて

働き方の新しいスタイル

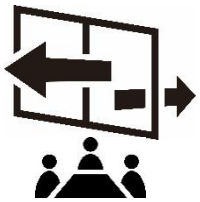
テレワーク

時差通勤でゆったりと

オフィスは
間隔を取って

会議は
オンラインで

デジタル名刺交換



打合せは換気とマスク

出典：厚生労働省 「新しい生活様式実践例」 https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html

出典：厚生労働省 「手洗い」 https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593494.pdf

コロナウイルスと夏

新型コロナウイルスが流行してから初めて迎える今年の夏は今までとは違う生活環境のもとで過ごすことになります。
そのため、例年以上に熱中症に注意が必要です。十分に感染症予防を行いながら熱中症予防をすることが大切です。

熱中症とマスクの着用

マスクは飛沫による感染の予防に効果的だと言われています。しかし、夏期の気温や湿度の高い中での着用は熱中症になる危険が高くなる可能性があります。そのため、状況に応じてマスクを着脱することが重要です。

- ✓ 屋外で、少なくとも2m以上の距離が保たれている場合にはマスクをはずすようにしましょう
- ✓ 強い負担がかかる作業や運動は避けましょう
- ✓ 喉が渇いていなくてもこまめに水分補給を意識的に心がけましょう（一般的に食事以外に1日あたり1.2ℓを摂取することが目安とされています）

- ✓ その場に応じて周囲の人との距離を十分とれる場所でマスクを外して休憩することも必要です

熱中症になりやすい高齢者やお子様や障害をお持ちの方に対しては周囲が目配りや声掛けをするようにしていくことが大切です

出典：厚生労働省ホームページ

さまざまな換気の工夫 – 効果的な換気方法 –

効率的な窓の開け方

風の「入口」と「出口」をつくることが大切

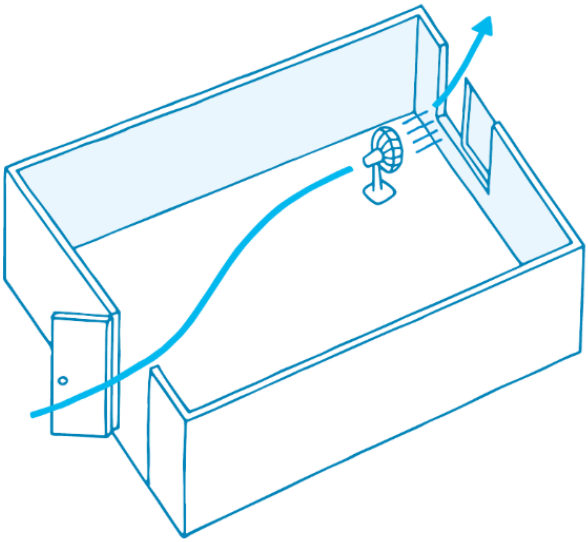
ただ窓を開けただけでは十分な換気にならない場合もあります。効率的な換気のため、いくつかのポイントを抑えておきましょう。
換気には風の「入口」と「出口」をつくることが大切です。窓を１カ所開けても換気効果はありますが、空気の淀みが解消されにくいことがあります。空気の流れをつくるため、部屋の中に複数の窓がある場合は二方向の壁の窓を開けましょう。特に対角配置の窓を開けると部屋の中を空気が循環しやすくなり、効果的に空気の入れ替えができます。

扇風機なども上手に活かして空気の流れをつくる

窓がうまく対角で開けられない場合や、部屋の形状によっては、開けている窓から遠く奥まったところや部屋の隅まで窓からの空気の流れが届かず、空気が淀んでしまうこともあります。そうした場合でも、工夫をして換気効果を高めることは可能です。
窓が1カ所しか開けられない場合は、室内ドアや他の部屋の窓を開けることで、家全体で風の通り道をつくるよう努めましょう。また、自然に風が起こりにくい場合には、サーキュレーターで空気を撹拌したり、扇風機を窓に向けて風を送ることで、淀みを解消しながら空気を外へ流すことも可能になります。

POINT

- 開けるなどは1カ所よりも２カ所
- 二方向の窓を開ける
- 部屋の対角線で通風するとさらに効果的



出典：YKK AP株式会社ホームページ
https://www.ykkap.co.jp/info/ventilation/

〒145-0071 東京都大田区田園調布2-43-1 http://denenchofu-hp.jp/
TEL.03-3721-7121（代表）FAX.03-3722-6435