

唾液を制する者はコロナを制す 目・鼻・口を触る前に手指消毒

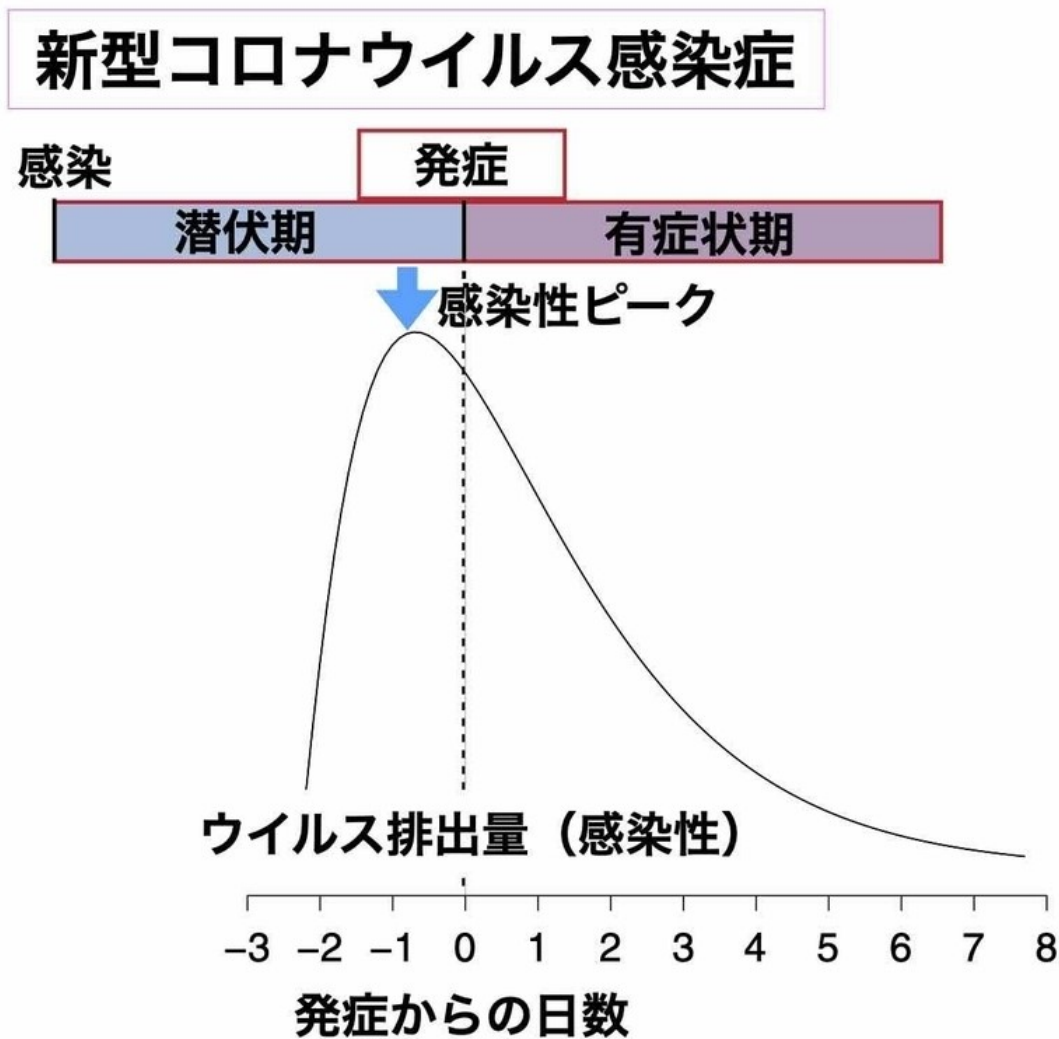
医療法人 義恵会 平岡医院

理事長 平岡哲也

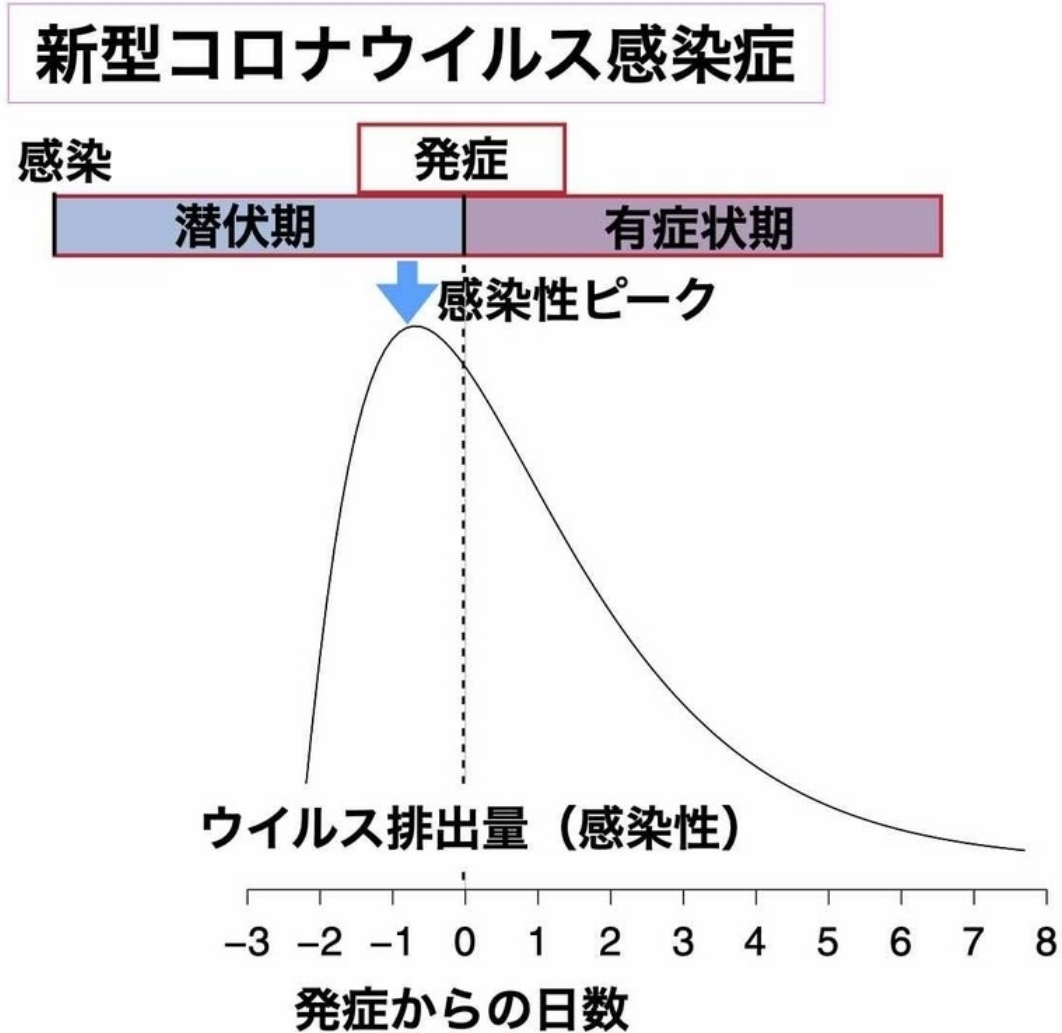
コロナの感染源は唾液

- すべての始まりは唾液から
- 唾液をコントロールできれば感染防御可能

コロナ発症前から唾液中にウイルス排出



何も症状が無いときからウィルス排出



マスクは何のためにしていますか？

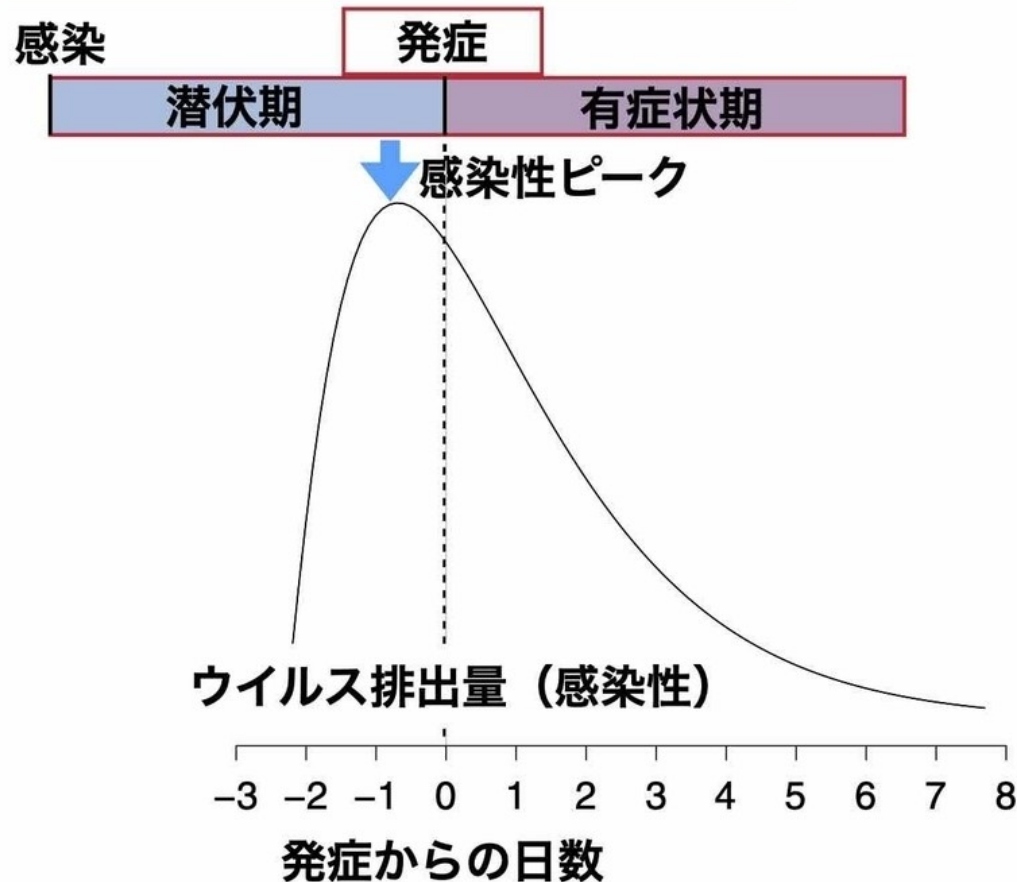
- コロナにかからないため？
- 唾液をまき散らさないため？

マスクは周りにウィルスをまき散らさないためです。

- マスクはコロナ予防にはなりません。
- コロナにかかったらマスクをして、まわりにうつさない。
- でもコロナにかかっていないのにマスクは必要？

発熱や味覚障害の症状が出てから マスク着用では遅い

新型コロナウイルス感染症



発熱や味覚障害の症状が出てからマスク着用では遅い

- 明日発熱するかどうかは誰もわからない。
- 常時 自分がコロナにかかっているかもしれないと自覚して、マスク着用する。
- 暑いときは、マウスシールドでもOK
- 外で人と向き合って話すとき以外はマスク外してもOK
- 外で周りに人が居なければマスク外してOK
- 事務所ではマスクなしで会話は机などにウィスをまき散らすので、マスクしましょう。
- くしゃみをして、唾液・鼻水が手についたらウィルス付着と考えてすぐに手洗いする。

感染予防は手指消毒（接触感染予防）

- 飛散した唾液は机に付着し、手指に付着する
- コロナが感染する経路は、目・鼻・口からのみ
- 手指に付着しても皮膚からウィルスが体に侵入して感染することは無い。
- ウィルスが付着した手で目・鼻・口を触ること
で感染生じる。
- ウィルスの付着した手で、お菓子を食べると
感染する。

不特定多数の人が接触する所

- コンビニ、スーパーの店に入る時に手指消毒する。(自身がコロナ感染していた場合に、周りにうつさないため)
- コンビニ、スーパーの店から出ていく時も手指消毒。(不特定多数の人が触れたものが自分の手指に付着しているため)

→ **新しい習慣: お店に入る時、出るときに手指消毒**

手指消毒の基本

- 多くの人に触れた物を触ったら、手にウィルスが付着していると自覚する。
- 目・鼻・口に触れる前には手指消毒（流水の手洗いでも十分）
- 素手でお菓子を食べる前は必ず手洗い。
- トイレに行ったら必ず手洗い。（唾液を飲み込んで、糞便までウィルス排出あり。）

コロナ患者さんに近づいただけで感染？

- コロナ患者さんが近くを通り過ぎただけで感染することはありません。
- コロナ患者さんが触れた物は、消毒必要。
- 15分以上の接触は感染リスク高い。
- コロナ患者さんがマスクせずに、真正面で会話していたら感染リスク高い。(会話する場合は、マスク着用が大切。コロナ患者さんがマスク着用していたら、感染リスク低い)

人を見たらコロナと思え、 自分自身もコロナと思って行動せよ。

- 相手と正面向いて話すときは、お互いがマスク着用して唾液を飛ばさないようにする。
- こまめに手洗い習慣
- 職場は外気が通り抜けるように換気を良くする。(エアコンつけながら窓を開ける・扇風機を活用)

小中高学校再開

- 文科省は子どもさんの感染を非常の恐れているが、日本において20歳以下での重症例、死亡例なし。
- 子どもはコロナにかかっても非常に軽くすむ。
- 鼻水、微熱(37.5以下)で終わる事が多い。
- 一番危険は、同居する祖父・祖母
- 子ども体調不良を祖父・祖母に任せることの危険性を認識してください。