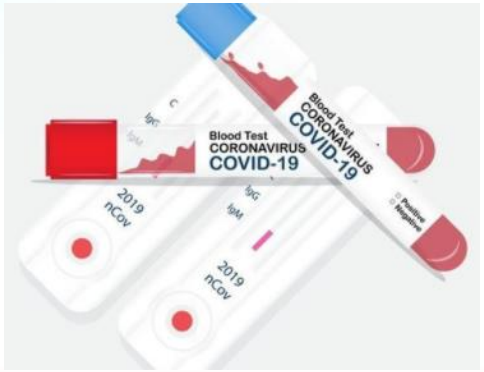
コロナかな？と思ったら　編

風邪や発熱の症状が出たら・・

常に新型コロナウイルス感染症の可能性を念頭に

出来るだけ医療機関に相談し、
必要あれば新型コロナウイルスの検査を受ける

状況によっては新型コロナウイルス感染症とみなした対応を行う



検査が陰性でも新型コロナウイルス感染症を完全に否定することはできない。

「陰性証明書や治癒証明書」の発行を求めてはならない。

受診したいときは？？

おそらくもう“検査してもらえない“って事は無いと思います。むしろ全国どこでも他の検査より優先して行われます。症状がある人を今時拒否はしないよ。

ゲレンデが溶けるほど熱があるわぁ

保健所
（地域による）

かかりつけ医

かかりつけなんかないざます！

受診・相談センター
(地域レベル)

診療・検査医療機関

市町村のHPなどに公開情報で、検査ができる医療機関名が載ってます。

ギョギョギョッ！検査が陽性

- ６５歳以上の高齢者
- 糖尿病、心不全、透析、免疫不全、抗癌剤治療中、高度肥満(BMI>30)基礎疾患がある
- 自宅待機指示を守ることに同意しない
- 医師が何らかの理由で入院が望ましいと判断した
- 呼吸不全がある

こういった方々は入院にて医療を受ける推奨。
お元気な方々は自宅やホテル待機などを推奨。

でもさー
特定の病院に軽症重症中等症の全部が集まるから医療が逼迫するんだよね。。

足りないのは何？？

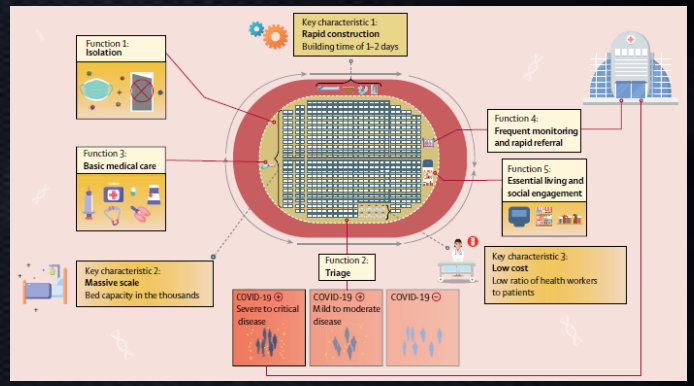
患者さんの著増により地域レベルで対応しきれないところは増えてます。もちろん皆さんの感染対策もとっても大事。でもね、特定の病院ばっかり入院して、しかも重症度問わず入院するからそりゃすぐパンクするに決まってんじゃん。

だいたい重症者病院なんてすぐ増設できるわけないじゃん。集中治療のスペシャリストがすぐ集まると思ってんの？機械さえあれば誰でも治療出来ると思ってない？

軽症者病院(早期建設、大規模、低コスト)を確実にして、とにかく隔離出来るところ。重症対応が出来る病院に軽症者を入れなくて良いようにしないと。基本的治療、頻回のモニタリング、迅速な転院搬送が出来る施設よ。それも10000人くらい収容できるところ。ほとんどは軽い症状で改善するんだから。

自宅待機は家族内感染を増やす。ホテルは酸素が必要になったら対応できない。だからちょっと酸素吸うくらいの軽めの症状の人までをガッツリ対応する大規模施設が欲しいんです。それなら超専門家でなくても一般診療が出来る医療者なら対応可能なんだし。超重症さんは既存の施設でそれだけをガッツリ見てもらえれば良いのよ。

それをしながら重症化したらは専門施設が特化していつでも見れるように準備しておくのね。



中国は最初の2ヶ月でそれを行いました。

Lancet 2020; 395: 1305–14

コロナウイルスへの外来対応の考え方(例) for 医療者

発熱ありor問診票でトリアージを受けた

NO → 通常の外来対応へ

YES

発熱対応へ

自己採取で構わない

flu/COVID抗原検査

flu陽性 COVID陽性	flu陰性 COVID陽性	flu陽性 COVID陰性	flu陰性 COVID陰性
陽性待機室で待機		抗flu薬処方にて帰宅	対症療法にて帰宅
対症療法で帰宅。保健所に連絡。（抗flu薬は必要に応じて）		帰宅時にCOVID-19疑う場合は唾液か鼻腔拭い液を提出して帰宅	

自己採取で構わない

いずれのケースも入院が必要な患者は総合病院に紹介

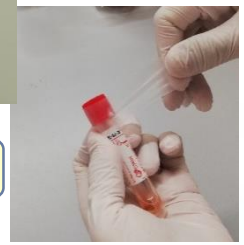
感染リスクを最小限にしつつ患者の診察が可能

自分でコロナのPCR検査が出来る時代になったね

唾液

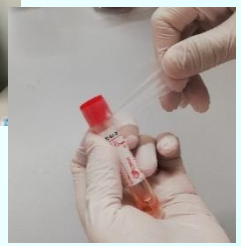
口の呼吸　壱の型！

鼻腔



鼻の呼吸　壱の型！

鼻咽頭ぬぐい液



鼻の呼吸　弐の型！

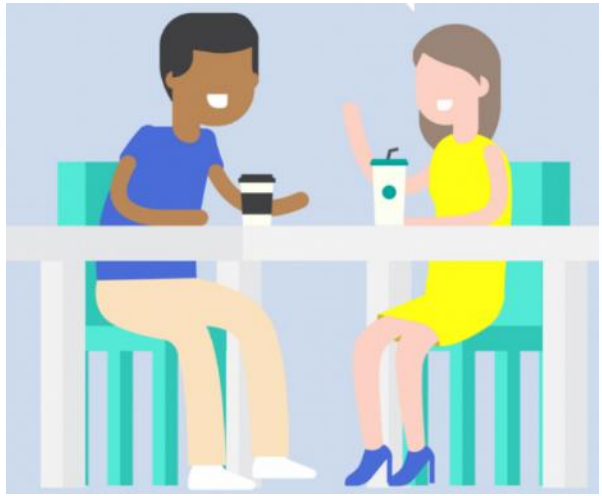
	唾液	鼻腔	鼻咽頭拭い液
検査者	患者	患者	医療者
場所	陰圧の部屋もしくは個室(自家用車内もOK)		陰圧の部屋もしくは個室
使用容器	唾液容器	PCR容器	PCR容器
特徴	唾液は1-2cc必要 しっかり蓋をしめる 容器はルビスタで拭く	鼻の入り口2,3cmくらいのところ 5回転グリグリする よく湿らすようにする	従来から慣れている
検査精度	鼻咽頭ぬぐい液と同等で高め	それほど高くない(本人次第)	高め
感染対策	回収するだけなら患者が部屋から出た後に手袋とサージカルマスク 同室で直視下検査ならfull PPE		full PPE
注意点	唾液量が少ないと感度落ちる 容器汚染のためしっかり清拭	回収時くしゃみ曝露を避ける	手間がかかる

とはいえ医療者が監視の下で行う前提ですので、ちゃんと医療施設で行いましょうね。

の、の、濃厚接触！！！？　NOOOO!!!

発症の2日前から

予防措置を取らずに
手の届く範囲
（概ね1m）



目安として15分以上

他にも

感染者の同居者や同じ車に長時間一緒にいた場合
防護なしに感染者の治療や介護をした場合
感染者の体液に直接触れた場合

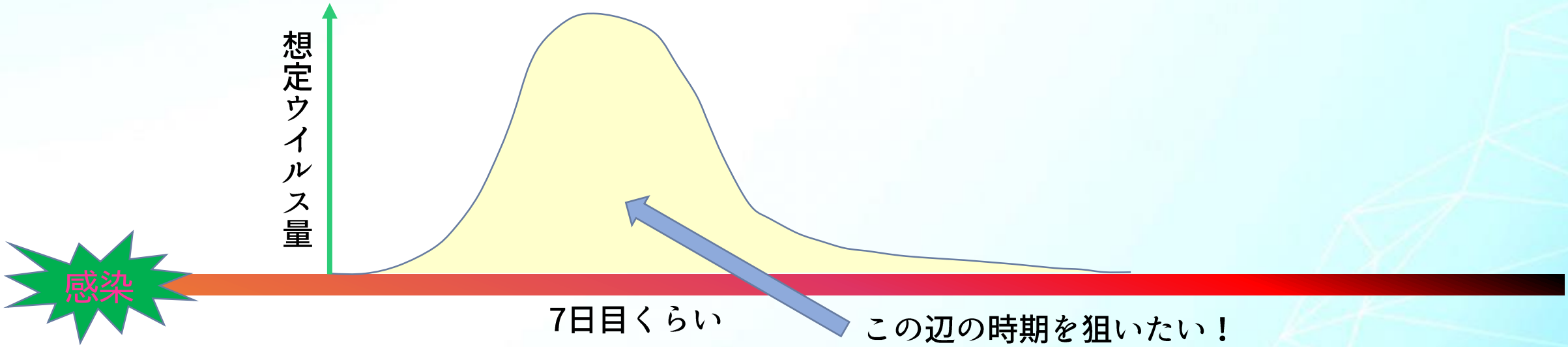
コレね「予防措置をとらずに」だからね。マスクをせずにって意味じゃないですよ。

濃厚接触者なのに検査いつするんだよ！

昨日職場で陽性者が出たんだぞ！オレは濃厚接触者らしいのに何で検査が来週なんだよ！
早く検査しろよ。結局検査制限するんだろ！

っていう話が時折ありますが、検査をすべきタイミングなるものがあるのです。
このウイルス、感染して4-7日くらい(最長14日程度)で発症します。無症状の人だと発症しないけどおそらく同じくらいの時期にウイルスが増えてきます。
んで、ウイルスが少ないと検査しても見つからない。。

だから一番ウイルスが多い時期に検査したいのです。だいたい**接触の1週間後くらい**を目安に検査しますよ。頻回に接触してたらすぐやるときもありますね。



おい！オレが濃厚接触者じゃないってか！

濃厚接触者の定義に当てはまらないと同じフロアにいても検査対象とならないことがありますよね。
確かにルール上はそうです。コレは保健所が怠慢なんじゃなくて、ルール化しないと収集つかなくなるんです。岐阜は赤信号無視してもいいけど愛知はダメとか言われたらめちゃくちゃでしょ。
それと一緒。

実際には濃厚接触者ではなくても陽性が出る例があります。なので保健所さんもホントは検査やってあげたかったりするところもあるのですよ。
対象外って言われても、何らかの症状があれば検査は可能ですよね。お近くの病院さんに相談という点もあります。
あとは濃厚接触者と言われる人たちが陽性になったら検査対象者に変わることがあります。

ても何度も言うように、“自分が陽性でも周りにできるだけうつさないような生活”を心がけていただければですね。いつかかってるかわからないんだから、常に最小限の拡大になるような意識は大事ですぞ。

心配なのに検査しないんだったら出歩くからな！

ってまさかおもってませんよね？？

濃厚接触者にならなかった＝積極的検査はしない

なのは御存知の通り。　でもそれは確率的に陽性である可能性が低いからしないだけであって

濃厚接触者にならなかった≠感染していない

だし

検査が陰性≠感染していない

なわけです。

つまり、**「感染している可能性が低い集団」**なだけではなく、

「万が一感染していても検査で陽性になる確率も極めて低い集団」なわけです。

検査してくれない！あいつら腹立つ！
わかったわ、じゃあ好き放題するからな！

検査で陰性だからって僕らは安心していい立場じゃないもんね。感染している前提でせめて7日間は人に感染させないぞ生活をしなきゃ！

検査陰性だけど復帰して良いの？？？

新型コロナと疑う場合は、検査で陰性でも安心してはいけないです。
でも、そうやってると仕事も回らないし・・・・・

職場復帰の目安は、次の 1) および 2) の両方の条件を満たすこと
1) 発症後に少なくても 8 日が経過している
2) 薬剤*を服用していない状態で、解熱後および症状**消失後に少なくても 3 日が経過している

*解熱剤を含む症状を緩和させる薬剤　　**咳・咽頭痛・息切れ・全身倦怠感・下痢など

8 日が経過している：発症日を 0 日として 8 日間のこと
3 日が経過している：解熱日・症状消失日を 0 日として 3 日間のこと

検査陰性だからってコロナじゃないって言う保障はないんだから、
とにかく人から離れなさいっての！！！！てことね。

熱がある子はどうするの？？？

一時的に発熱したけど翌日にはケロっとしちゃった。
元気すぎて病院に受診できないし。。。
受診しても元気だからコロナ検査してもらえないし。。
学校に行って良いのかしら。。。

新型コロナは発症から7日程度感染力があると言いますが、多くは4-5日以内です。
他の病気も元気なら悪化することは多くありません。

非常に悩ましいですが、心配ならそりゃ7-8日くらいお休みしてもらった方が安心です。
でもそんなに長く休めないって人もまたあるのが事実。
コロナじゃないと考えるなら解熱後3日間とかある程度感染性が落ちてきそうな期間を
考慮して休む方が無難ですよね。ここはお医者さんと相談だ！

施設などの面会前には

体温チェック

体調チェック

記帳チェック

過去14日以内に

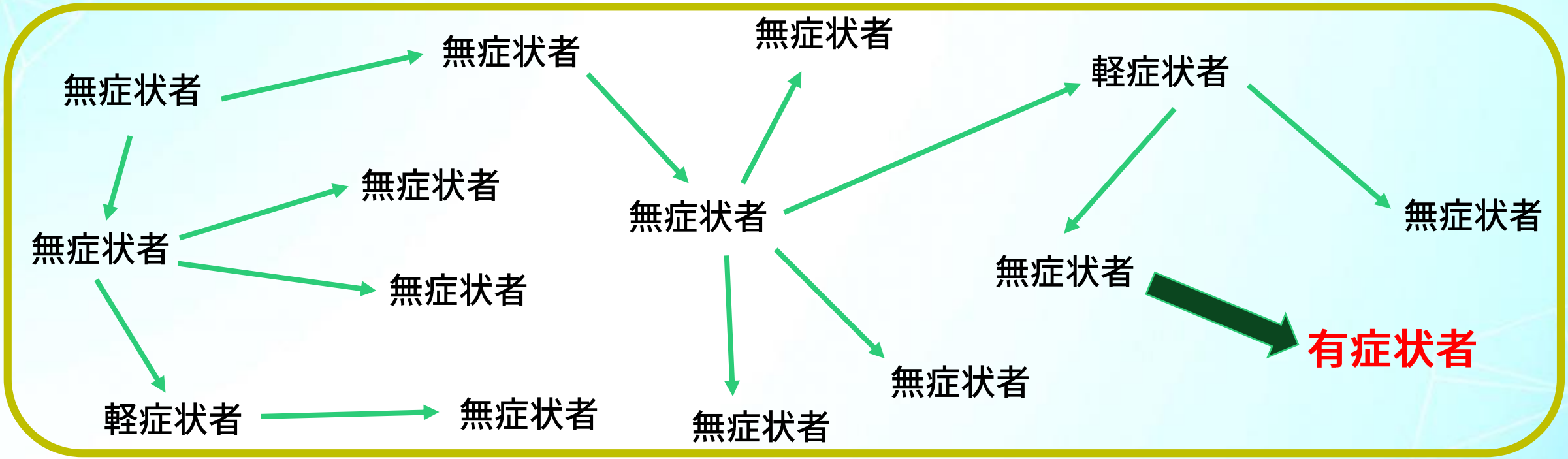
- 自分も周りにも風邪症状がない。
- 海外渡航や夜の街に行っていない。
- COCOA陽性がないとか濃厚接触者の可能性がないとか。
- 不特定多数との接触や会食がない。　　などを確認！

https://www.freepik.com

クラスターが出るのは悪いことじゃないんだよ！

有症状者 → 有症状者　こうだったら苦労はないよね

でも実際は



実際はこう。だから気づかない。この輪廻の鎖を自分のところで断ち切る生活をするイメージだ！
次に繋げさせないし、ましてや最初の有症状者が悪いとか攻撃するのは問題外だ！
そもそも学校とかのクラスターを叩いてるあんたが無症状で感染してて、回り回ってつながったのかもしれないんだぞ！！
じゃあ世界で最初の一人目を叩く事になるでしょ、そんなことして誰が幸せになるか！

ということで・・・

コロナかなって思ったのなら。不安でもまずは一呼吸おいて。
今では多くの施設で検査ができますし、むしろこんなにできるの？！って言える地域もでてきています。

肝心なのは慌てないです。重症化っていうのは発症してすぐ起こるわけでもないしそもそもほとんど起こりません。

まずはしっかり検査をしてくれる施設を事前に把握して受診すること。発症前から感染力は有りますが、少なくとも疑う症状が有るのであれば絶対に仕事や集会には参加しない「自分がもしコロナだったら人にうつさない生活」にギアをチェンジして療養することですね。