

（新型コロナウイルス感染症とは）

Q どのような症状ですか？

A 主な症状は、発熱や咳などの呼吸器症状、強いだるさ（倦怠感）などです。
頭痛、嘔吐、下痢、結膜炎、臭覚・味覚障害等が起きる場合もあります。

（予防）

Q どのように感染しますか？

A ウイルスに汚染された環境にふれることによる接触感染、患者の咳やくしゃみなどでとんだ飛沫（しぶき）を吸い込むことによる飛沫感染が考えられています。換気の悪い密閉空間で、近距離で会話した場合、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染すると考えられています。

Q 感染しないようにするには、どうしたらよいですか？

A 外出する際には、行列等を作らず他の人との間隔を約2m確保するよう努めてください。
また、換気の悪い密閉空間、多くの人の密集する場所、近距離の会話での密接場面、この3つの「密」が重なる場面を避けてください。

一般的な衛生対策としては、咳エチケット（※）や手洗いなどを行っていただくようお願いいたします。また、十分な栄養と休養なども有効です。

現時点では、新型コロナウイルスを予防するワクチンはありませんので、発熱や咳などの症状がある人との不必要な接触は避けましょう。接触をした場合は十分に手洗いをしましょう。

※咳エチケットとは

<http://idsc.tokyo-eiken.go.jp/diseases/flu/cover-cough/>

Q 潜伏期間はどれくらいですか？また、潜伏期間の間に感染させることはありますか？

A WHOの知見によれば、潜伏期間は1～14日（多くは5日程度）とされており、また、これまでのコロナウイルスの情報などから、未感染者については14日間にわたり健康状態を観察することが推奨されています。

<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

また、一般的には、肺炎などを起こすウイルス感染症の場合、症状が最も強く表れる時期に、他者へウイルスを感染させる可能性も最も高くなります。しかし、新型コロナウイルスでは、症状が明らかになる前から、感染が広がる恐れがあるとの専門家の指摘や研究結果も示されています。また、若年層は特に、無症状や軽症の感染を多く引き起こすことが分かってきましたので、症状がない場合でも、一般的な感染症対策や健康管理を心がけ

てください。

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/transmission.html>

Q どういった消毒方法が有効ですか？

A 手など皮膚の消毒を行う場合には、消毒用アルコール（70%）を、物の表面の消毒には次亜塩素酸ナトリウム（0.1%）が有効であることが分かっています。また、ウイルスが付着した恐れがある衣服等については、熱湯消毒（80℃、10分間）も有効です。

詳しくは国立感染症研究所のHP「新型コロナウイルス（2019-nCoV）」に掲載の関連するガイダンスをご参照ください。

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/diseases/ka/corona-virus/2019-ncov.html>

Q マスクをすれば感染を避けられますか？

A マスクは、咳やくしゃみによる飛沫及びそれらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐという効果があり、通常は咳やくしゃみがある人が使用するものです。

ただし、新型コロナウイルスは、無症状や軽症でも感染させてしまう可能性がありますので、「他の人に新型コロナウイルスを感染させないこと」を目的に、混雑した場所では、マスクを使用しましょう。

Q 輸入品にウイルスが付着していて感染することはありますか？

A 現在のところ、中国やウイルスが見つかったその他の場所から積み出された物品との接触から人が新型コロナウイルスに感染したという疫学的情報はありません。一般的にコロナウイルスは、手紙や荷物のような物で長期間生き残ることができないとされています。

（医療・検査・治療）

Q 熱などの症状があり、新型コロナウイルスへの感染を心配しているが、どうしたらよいでしょうか？

A かかりつけ医がいる場合は、かかりつけ医にまずはご相談ください。

かかりつけ医のいない場合や相談先に迷っている場合は、「東京都発熱相談センター」にご相談ください。

「東京都発熱相談センター」

・24時間、土日祝日を含む毎日 03-5320-4592

Q 濃厚接触者とは、どのような人ですか？

A 患者の発症2日前から隔離開始までの間に、

- ・患者と同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等を含む）があった人
- ・適切な感染防護無しに患者を診察、看護もしくは介護していた人
- ・患者の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い人
- ・1メートル程度の距離で必要な予防策をとらずに患者と15分以上接触した人

が濃厚接触者と考えられます。

なお、15分間、感染者と至近距離にいたとしても、マスクの有無、会話や歌唱など発声を伴う行動や対面での接触の有無など、「3密」の状況などにより、感染の可能性は大きく異なります。そのため、最終的に濃厚接触者にあたるかどうかは、保健所においてこのような具体的な状況をお伺いして判断します。

(参考) 新型コロナウイルス感染症患者に対する積極的疫学調査実施要領(令和2年5月29日版) 国立感染症研究所 感染症疫学センター

<https://www.niid.go.jp/niid/images/epi/corona/2019nCoV-02-200529.pdf>

Q 濃厚接触者に当たらず、症状も無いのですが、不安なので相談したい場合は、どうしたらよいでしょうか？

A 症状の無い方は、「新型コロナコールセンター」にご相談ください。感染の予防に関することや、心配な症状が出た時の対応など、新型コロナウイルス感染症に関する全般的な相談に対応いたします。(日本語、英語、中国語、韓国語の4か国語に対応。)

「新型コロナコールセンター」

・午前9時から午後10時(土日祝含む) 0570-550-571

Q 新型コロナウイルスの検査が保険適用になると、どこの医療機関でも検査を受けられるようになりますか？

A 保険適用の検査は、院内感染防止の観点から、都が定めた一定の要件を満たす医療機関が実施することができます。

熱などの症状があり、検査を希望される場合は、かかりつけ医にまずご相談ください。かかりつけ医のいない場合や相談先に迷っている場合は、「東京都発熱相談センター」にご相談ください。相談の結果、感染の疑いがあると思われる場合には、検査を実施している医療機関を紹介いたします。

「東京都発熱相談センター」

・24時間、土日祝日を含む毎日 03-5320-4592

Q 患者になったときには、どのような治療が受けられますか？

A 新型コロナウイルス感染症の患者となった場合、感染症対応の設備等が整った感染症指定医療機関に入院することになります。その場合の医療費は、自己負担分を公費で負担する制度が適用されます。(世帯収入が一定の基準以下の方は、全額公費負担となります)。

なお、新型コロナウイルスに有効な抗ウイルス薬等はなく、対症療法が行われます。

入院治療が必要のない軽症者や無症状者については、大切なご家族やお友達に感染させないよう、また、症状が急変した時にも適時適切に対応できるよう、東京都が用意した施

設において宿泊療養をお願いしております。

Q 家族にウイルスの感染が疑われる場合、どんなことに注意すればよいのでしょうか？

- A ご本人は外出を避けるようにしてください。ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出を避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などには行かないようにしてください。あわせて、以下の8点に注意するようにしましょう。
1. 部屋を分ける
 2. 感染が疑われる家族のお世話はできるだけ限られた方で行う
 3. マスクをつける
 4. こまめに手を洗う
 5. 換気をする
 6. 手で触れる共有部分を消毒する
 7. 汚れたりネン、衣服を適切に洗濯する
 8. ゴミは密閉して捨てる

(参考) 一般社団法人日本環境感染学会ホームページ

<http://www.kankyokansen.org/uploads/uploads/files/jsipc/dokyokazoku-chuijikou.pdf>

Q 新型コロナウイルス感染症の後遺症とはどのようなものなのでしょうか？

- A 新型コロナウイルス感染症から回復したあとも長期間にわたって、せき、味覚障害、嗅覚障害、呼吸困難、けん怠感など、何らかの症状を抱えている方がいらっしゃいます。
- 例えば、発症後、2か月を経過しても、半数近くが何らかの症状を抱えており、4か月を経過しても、3割近くの方が症状を抱えたままとなっているという調査結果もあります。
- また、同じ調査では、発症後約30日から脱毛の症状が有する方が24%出現したとの結果がでています。

Q 後遺症は、やはり高齢者の方が多いのでしょうか？

- A 60歳代や70歳以上では、8割以上が後遺症を抱えていますが、20歳代でも7割以上、30歳代では8割以上と、高い割合で後遺症の症状を有しているとの調査結果もあり、年代にかかわらず症状を患う可能性があります。

Q 後遺症の原因は、判明しているのでしょうか？

- A ウイルスによる過剰な炎症（サイトカインストーム）、活動性のウイルスそのものによる障害、不十分な抗体による免疫応答などが原因として考えられていますが、明確にはなっていません。

(参考) 「新型コロナウイルス感染症 後遺症リーフレット」

https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/kansen/longcovid_leaflet.html

(参考) 「(第31回) 東京都新型コロナウイルス感染症モニタリング会議資料(令和3年2月4日)「07 新型コロナウイルス感染症 レジストリを活用した研究、後遺症に関する疫学調査」

https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/_res/projects/default_project/_page/_001/012/970/31kai/2021020407.pdf

(参考) 「(宿泊療養を) 退所される方々へ」

https://www.metro.tokyo.lg.jp/tosei/tosei/news/documents/210426_taisyō.pdf

参考

東京都新型コロナウイルス感染症対策サイト

<https://stopcovid19.metro.tokyo.lg.jp/>

東京都感染症情報センター

<http://idsc.tokyo-eiken.go.jp/diseases/2019-ncov/>

東京都福祉保健局

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/kansen/shingatakorona.html>

東京都防災ホームページ

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/index.html>

厚生労働省

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

内閣官房

<https://corona.go.jp/>