

# 2月のほけんだより

令和3年1月29日発行  
鈴和福祉会  
すずの丘保育園

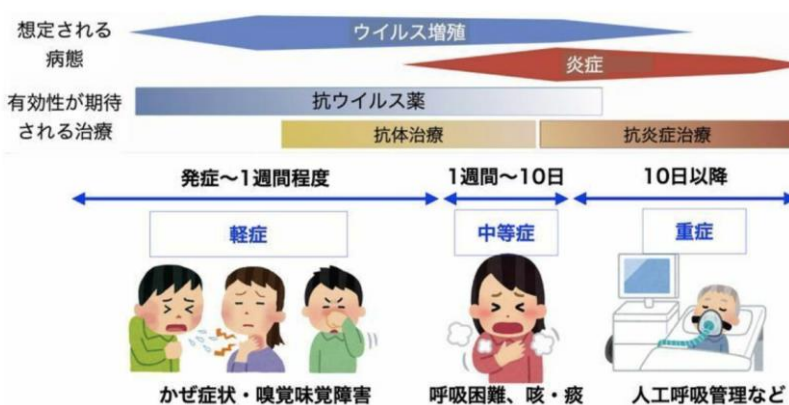
2月3日は立春。暦の上ではもうすぐ春を迎える季節ですが、まだまだ寒さは続いています。園内では1月から未満児を中心に胃腸炎の流行が見られています。また1月18日には茨城県独自の緊急事態宣言が県内全域に発令され、新型コロナウイルス感染症の収束に向けて、より一層の自粛を求められています。加えて今後は季節性インフルエンザの流行も懸念されており、引き続き手指の消毒やマスクの着用、三密を避けながら感染予防に努めていきます。毎朝の健康確認と、体調不良時には早退へのご協力を宜しくお願いいたします。

## 1. 新型コロナウイルス感染症の症状



新型コロナの潜伏期間（感染する機会から何らかの症状を発症するまでの期間）には1～14日と幅がありますが、多くのおおよそ4～5日で発症します。新型コロナウイルス感染症の初期症状は風邪やインフルエンザと似ており、左記イラストの症状が見られることが多いです。特に「息切れ」「嗅覚障害・味覚障害」の症状は、風邪やインフルエンザでは稀な症状ですので、新型コロナの可能性を疑うきっかけになります。新型コロナに特徴的なのは、症状の続く期間の長さです。特に重症化する事例では、発症から1週間前後で肺炎の症状（呼吸困難、咳、痰など）が強くなっていくことが分かっています。中国での4万人の感染データによると、発症してから1週間程度は風邪のような軽微な症状が続き、約8割の人はそのまま治癒しますが、約2割弱と考えられる重症化する人はそこから徐々に肺炎の症状が悪化して入院に至ります。2割のうち約5%の症例で集中治療が必要となり、約2%の症例で致命的になりうるとされています。

## 2. 新型コロナウイルスの治療



新型コロナウイルス感染症に対して有効性が確認されている薬剤はいくつかあります。発症初期のウイルス増殖期には抗ウイルス薬（レムデシビル）そして発症から7～10日以降の過剰な炎症反応が起こる時期には抗炎症薬（デキサメタゾン）が有効ではないかと考えられるようになってきました。

## 3. 発症からの日数

新型コロナはインフルエンザなどと違い、発症する前の状態から人にウイルスをうつすことがあります。そのため、症状がない人も含めて屋内ではマスクを着用することが推奨されています。新型コロナの人が周囲の人にうつしやすい時期は、発症の3日前から発症後5日くらいであるとされます。この時期を過ぎると人にうつすことは稀になります。新型コロナウイルス感染症は、「密閉・密集・密接」の3要素を持つ空間で広がりやすいことも分かっています。老若男女、全ての人が「3密空間」を避けることが新型コロナ対策では重要です。また手など触ったところからウイルスが広がり感染する可能性もあるため、こまめな手洗いをを行うようにしましょう。