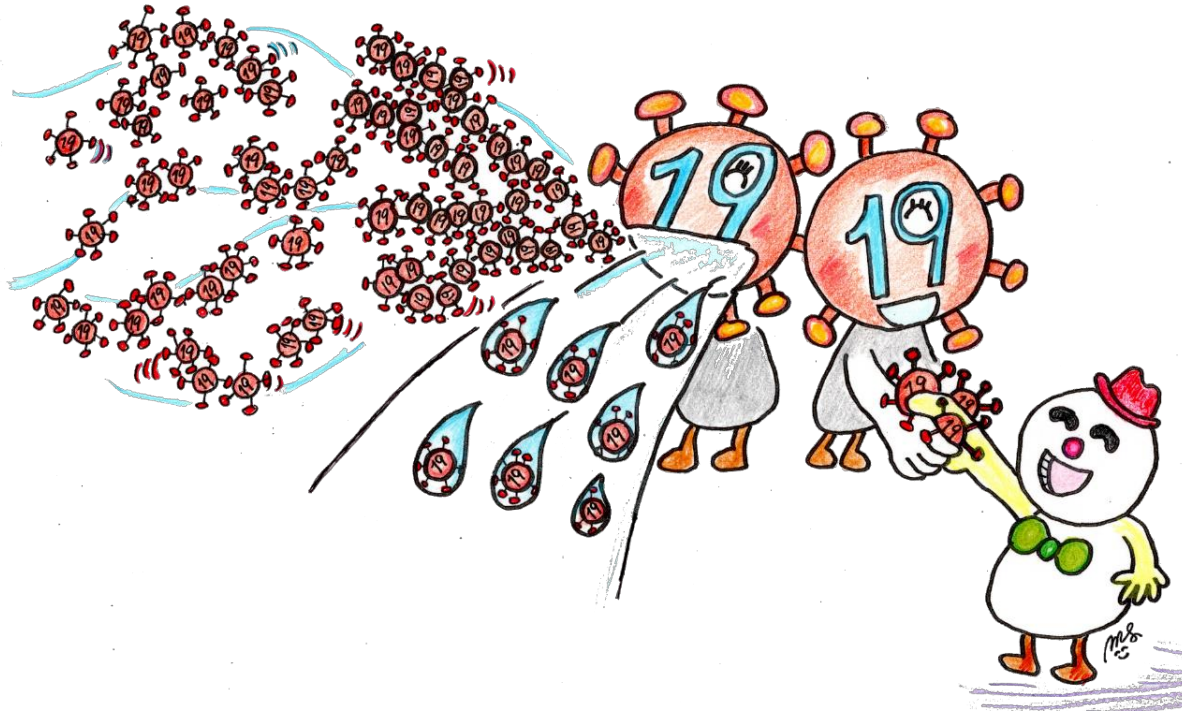


若者のあなたへ

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の予防



2020年4月6日（月）

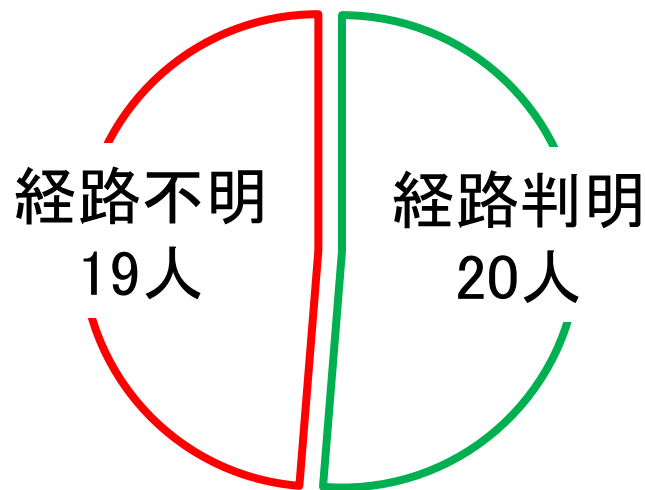
✚ 日本赤十字豊田看護大学

鎌倉やよい（学長） ・ 下間正隆（Infection Control Doctor）

「若いから私は大丈夫」 などと思っていないですか？

- 若者でも感染して重症化する人がいます。
- 症状が出ない人（**不顕性感染者**）もいます。
その若者は、気づかないまま、他の人にウイルスを届けています。
- 気づかないまま、ご両親や祖父母に感染させる可能性があります。

感染経路のわからない感染者が増えています



愛知県の
感染者39人
(3月21日～31日)

- 症状がないまま、ウイルスが多くの人に届けられていることを意味します。
- 1人が2人に、その2人は4人に、4人は8人にうつして感染が爆発的に広がります。
- 若者こそ、感染予防のための行動をとることが感染爆発(オーバーシュート)の予防につながります。

新型コロナウイルスの 感染様式は下の3つです

① 飛沫感染

② 接触感染



③ マイクロ飛沫



①

飛沫感染



②

接触感染



飛沫(つばき)は
1~2m飛ぶ

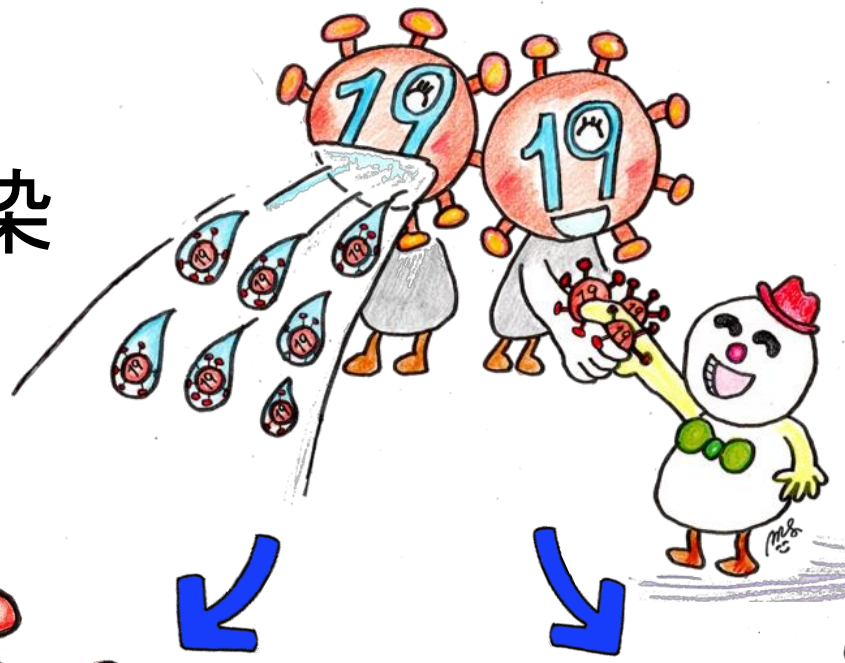
手を洗わないで鼻の周りを触ると
指先についたウイルスが接触感染するよ



飛沫感染



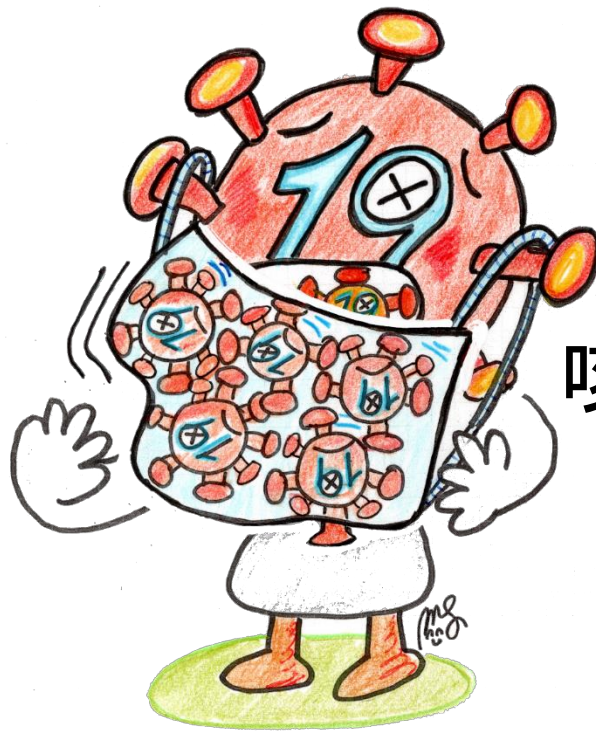
マスク



接触感染



手指衛生



咳のあるひとは
必ず
マスクをする



なぜ？

「換気」が必要なのか



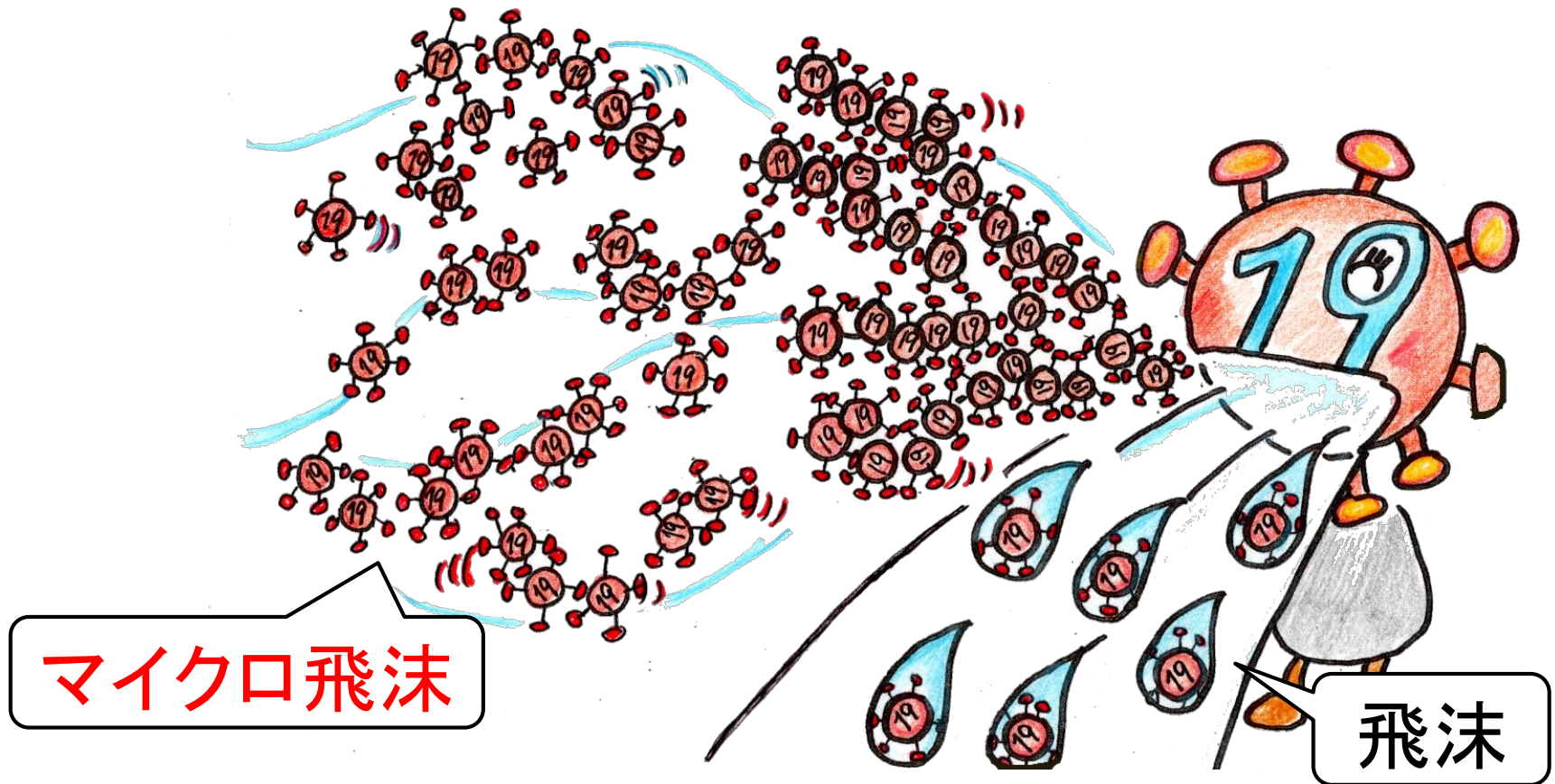
3つ目の感染の原因

マイクロ飛沫



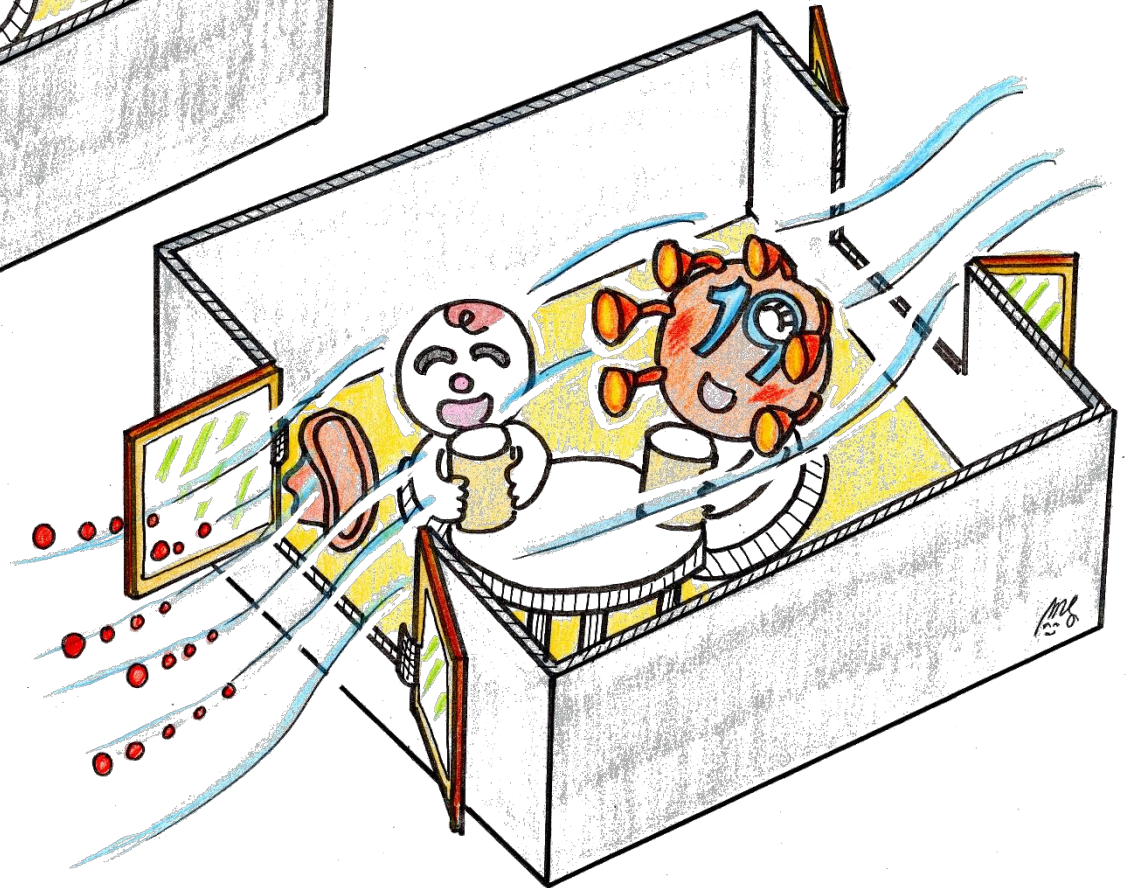
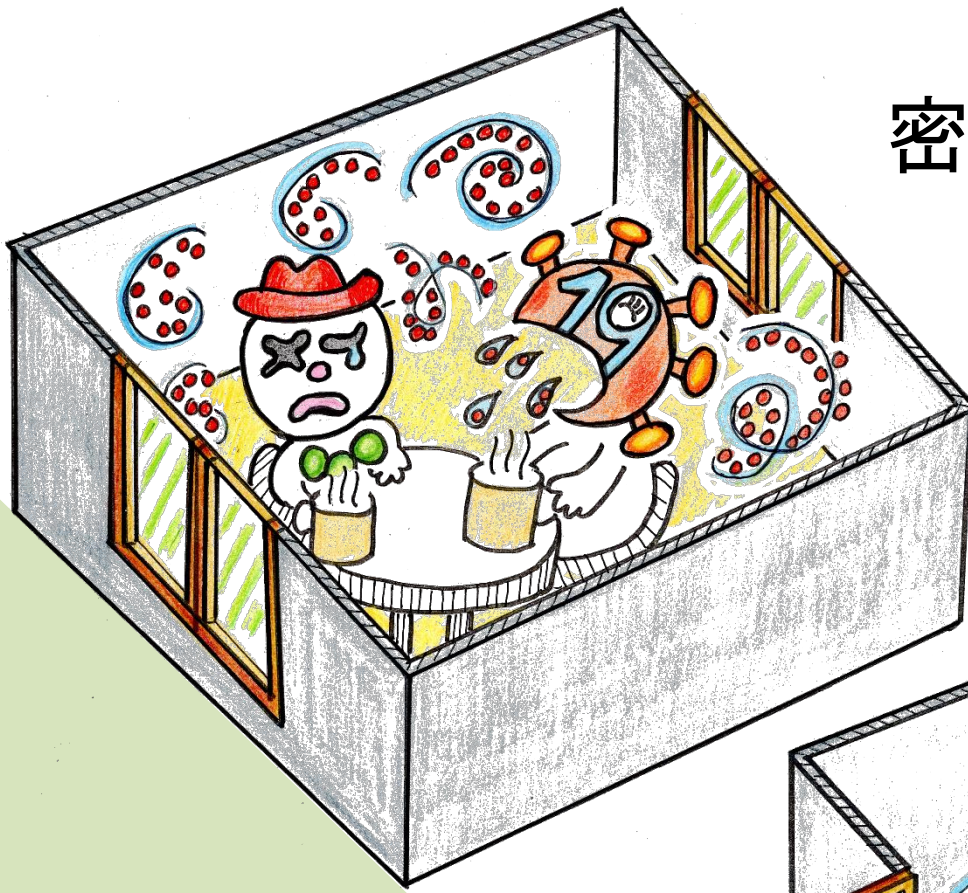
③ マイクロ飛沫による感染

大声で話すと、マイクロ飛沫（100分の1ミリ以下）ができる。
マイクロ飛沫は20分たっても、空中をただよい続ける。
これを吸い込むと感染する危険性がある。



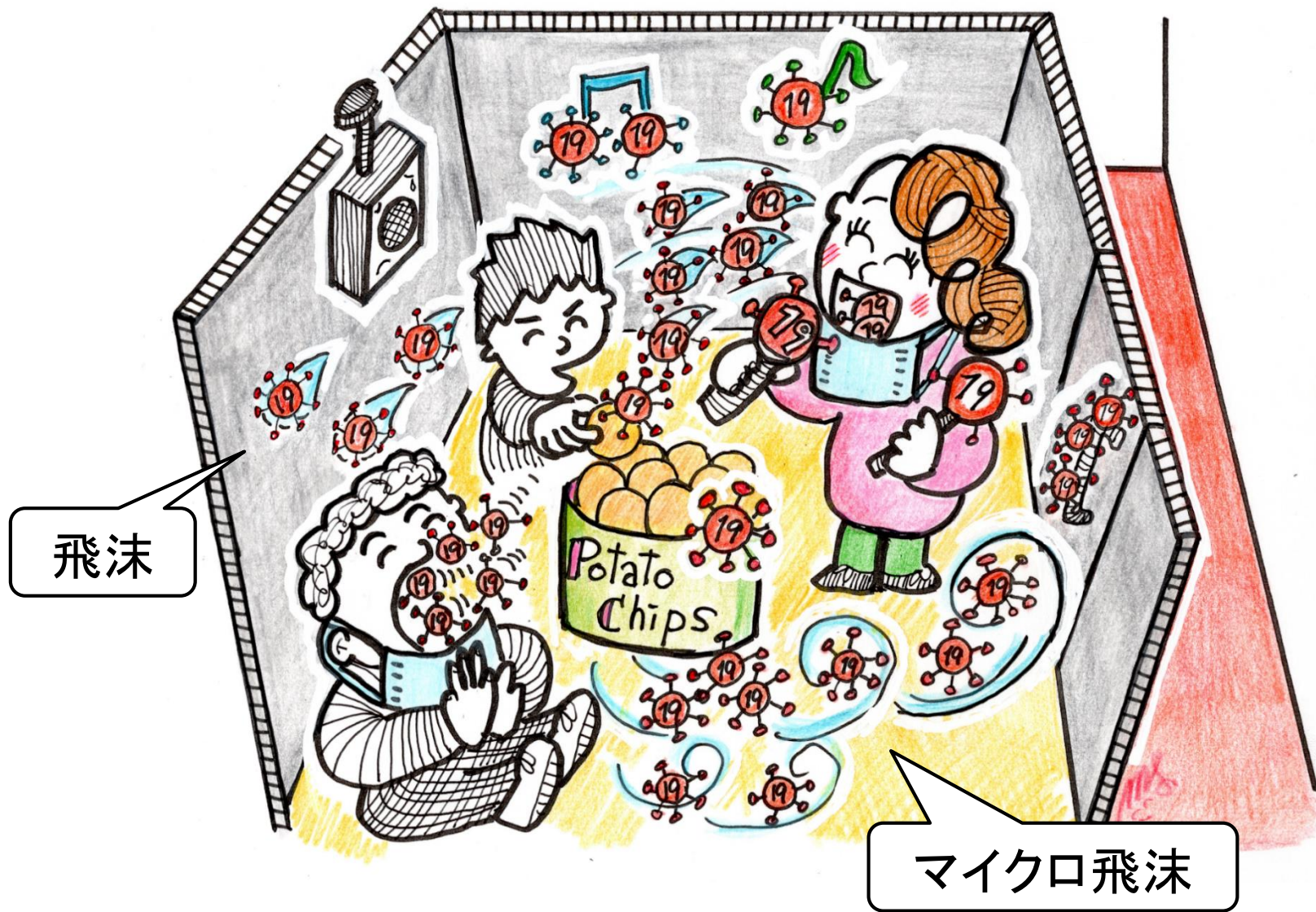
密閉された空間は危険

換気が大切



マイクロ飛沫
を吹き飛ばす

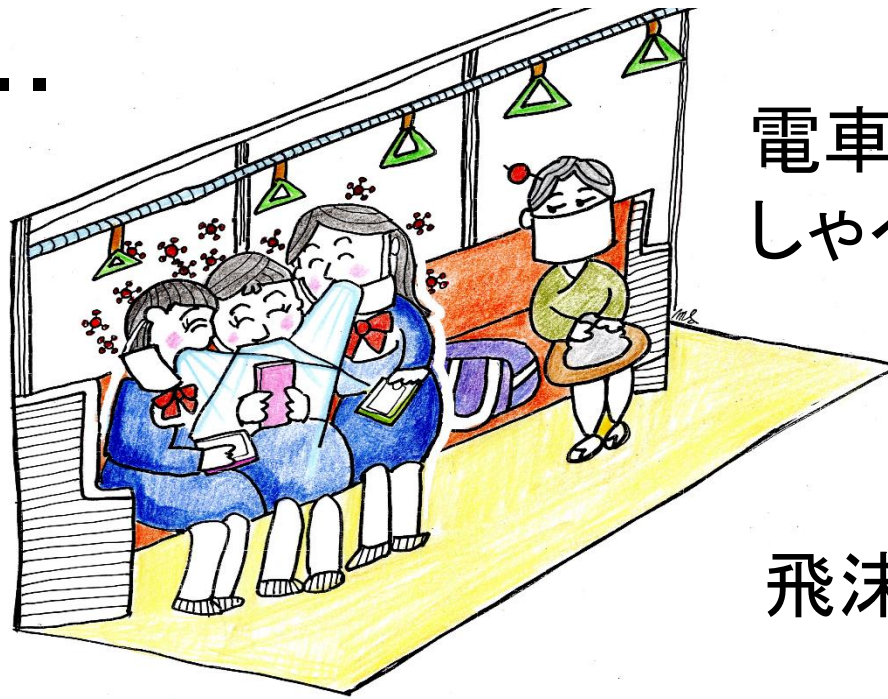
カラオケで、熱唱すると
「飛沫」も「マイクロ飛沫」も大量に発生する



若者のあなた！ 感染予防行動を実行してください

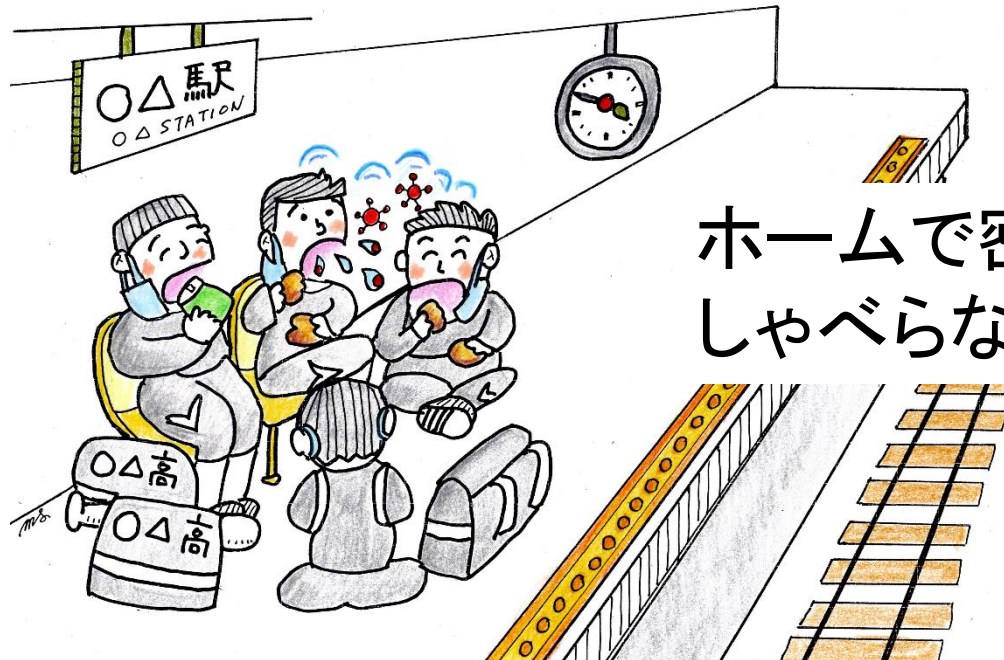
- マスクを正しく装着する！
- 帰宅したら、正しい方法で手洗いを実行する！
- 感染リスクの高い3密(密閉・密集・密接)の場所(カラオケなど)へは行かない！

例えば...



電車の中で密接してしゃべらない

飛沫感染の危険



ホームで密接してしゃべらない

マスクのつけ方、はずし方

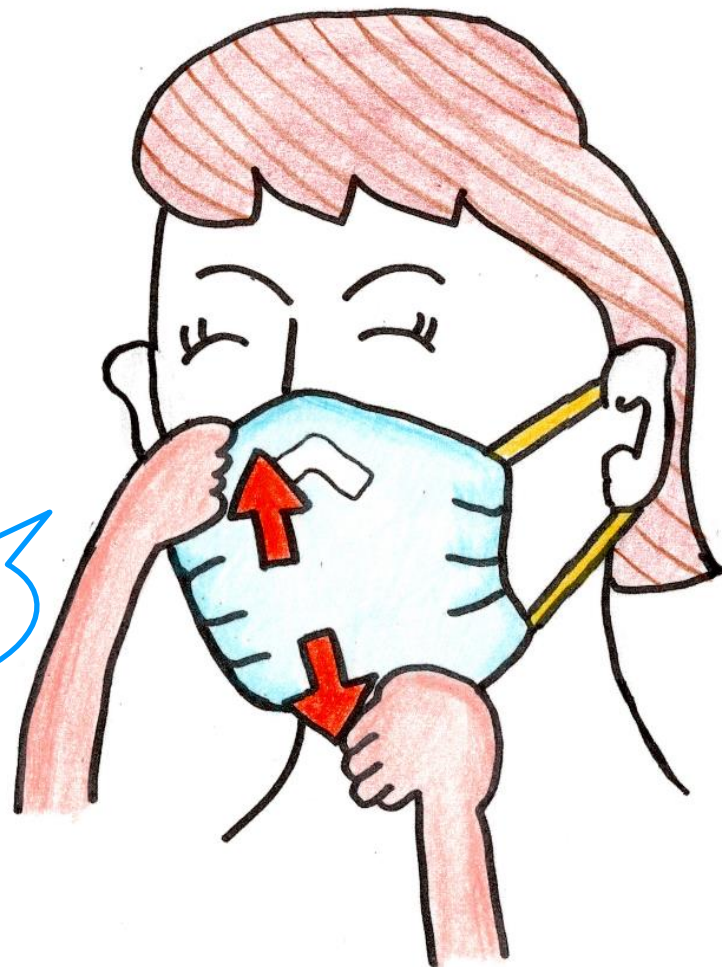


②蛇腹を鼻からあごの下まで伸ばして
鼻と口をしっかりとカバーします

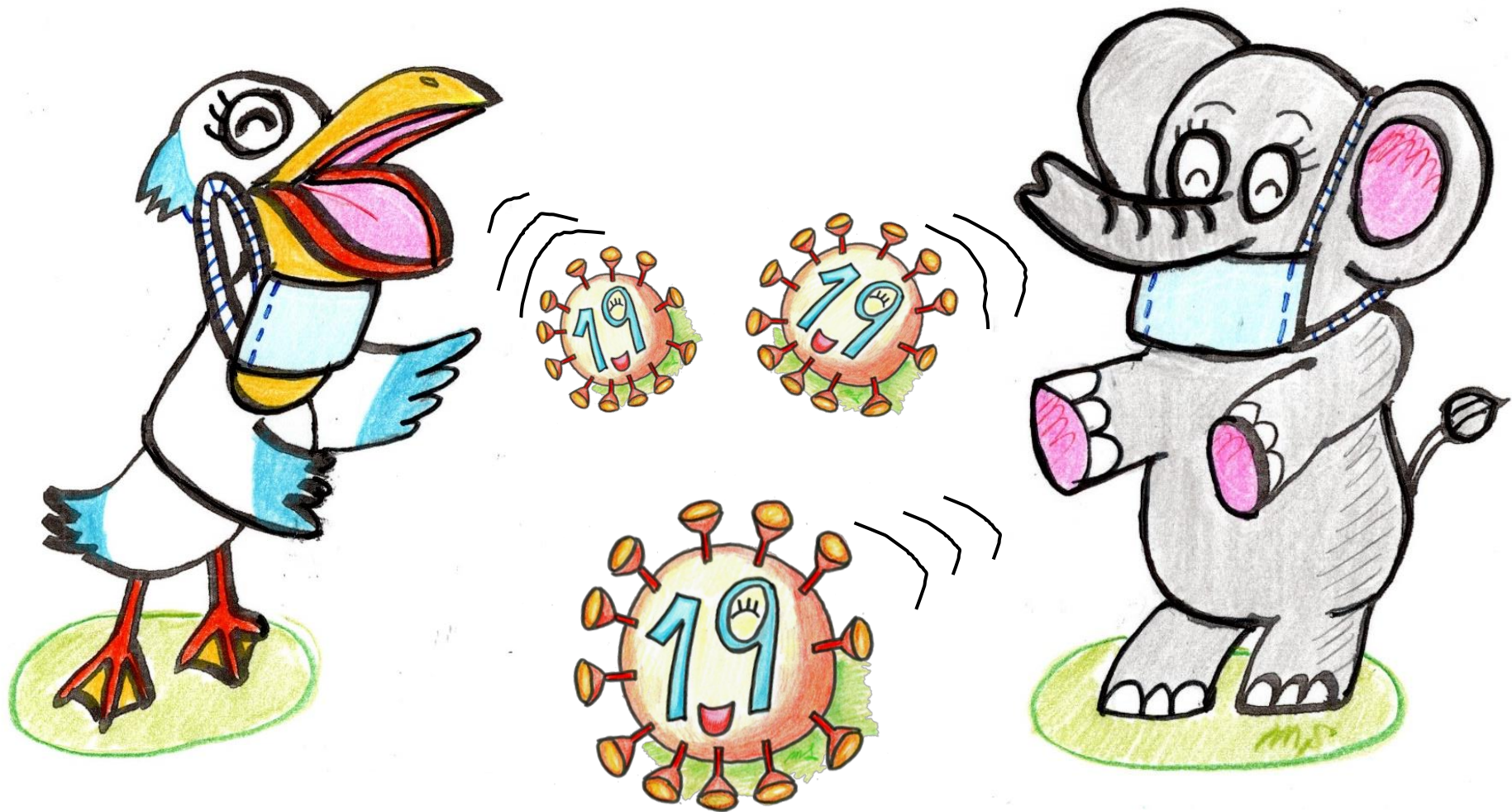


OK!

①鼻の形に合わせて金
具に折り目をつけます

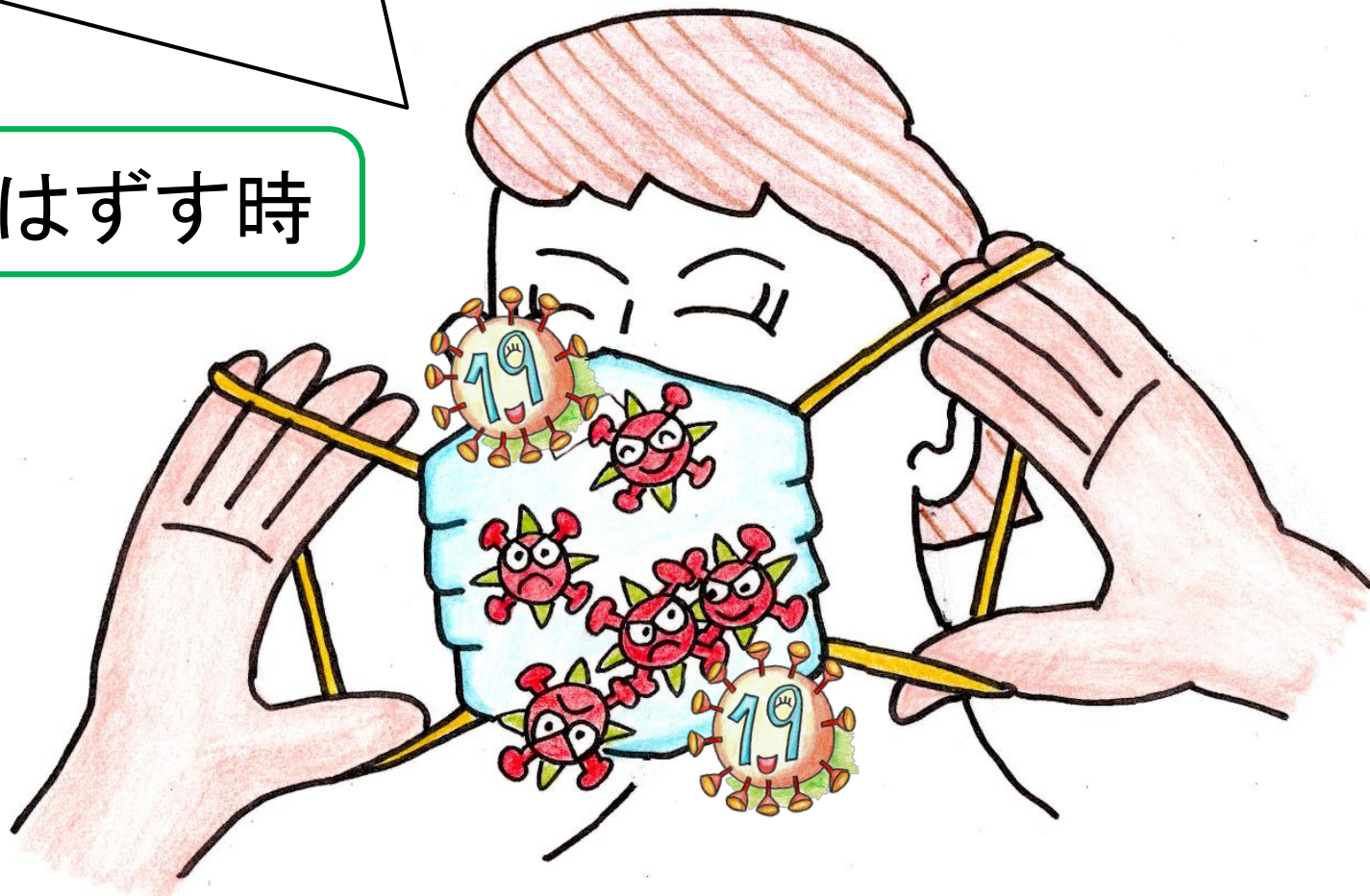


「顎マスク」や「鼻出しマスク」をしない



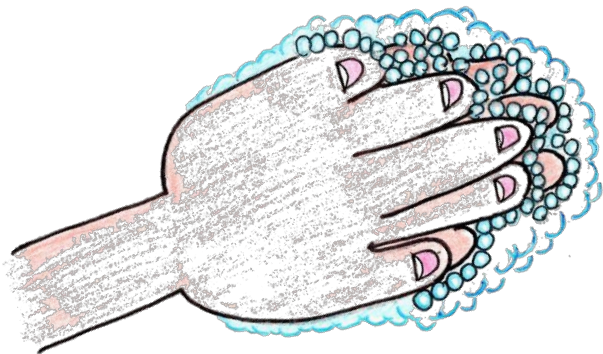
マスクの表面には、
ウイルスが付着しているかもしれません。
ゴムの部分に手をいれて、マスクの表面に触らないように
注意してマスクをはずしましょう。

マスクをはずす時



感染予防のための手洗い方法（一例）

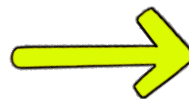
① 両手全体を洗う



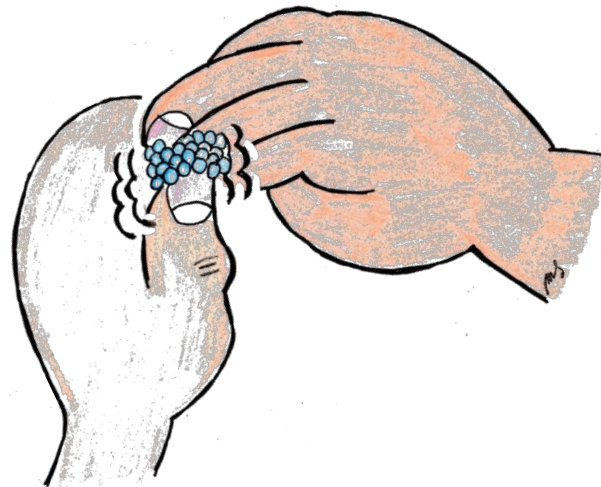
② 親指を
ねじりながら
洗う



③ 指先を洗う



④ 爪の根元を洗う



Q: いつ手をきれいにするのか？

A: 鼻や目の周りを触る前

