



ばんクリニック

BAN CLINIC

BAN CLINIC



ばん先生と

“新型コロナウイルス”

一緒に向き合いませんか？

現在世界中で新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) が蔓延しています。この原稿を書いている4月11日現在、日本で感染が確認された人は 6,923 人、三重県内の感染者数は17人です。PCR 検査の敷居が高いこと、軽症～無症状の患者が約8割と言われていることを考慮すると実際の感染者数は一桁多いとも約12倍とも言われています。現在 COVID-19 に対する有効なワクチン、治療薬はなく、対症療法が中心です。徹底的な感染予防(うがい、手洗い、マスク、メガネなど)と免疫力を上げる行動(バランスの良い食事、十分な睡眠、笑うこと。逆に免疫を下げる行動としては、過度な飲酒、睡眠不足、運動不足)が重要です。過去には、「スペイン風邪」のパンデミック(1918～1920)のとき、ソーシャル・ディスタンス(人と人の距離を取る)以外に、感染拡大を阻止できたエビデンス(科学的根拠)はありません。専門家会議が「三密(密閉・密集・密接)」を避けるよう呼びかけていますが、三密さえ避ければ感染しないわけではなく、特に現在の東京のような爆発的な感染状況では、感染拡大を阻止するためにも、また、医療崩壊を防ぐためにも、今は「ステイ・ホーム(家にいること)」などの強力なソーシャル・ディスタンスがもっとも重要と思われます。この記事が掲載される頃、少しでも緊急事態宣言による効果が出ていることを切に願ってやみません。