

# コロナウイルス感染症 (COVID-19)

## 1. コロナウイルスとは？

コロナウイルスとは、ある特定のウイルスのグループを指します。そのほとんどが動物に感染しますが、コロナウイルスの種類によっては動物にのみ感染する種からヒトへも感染する種へ変異し、ヒトからヒトへと拡散します。これがSARS-CoV-2として知られる新型コロナウイルスであり、COVID-19と呼ばれる病気を引き起こします。ヒトにみられるコロナウイルスの病状は一般的に軽度から中等度のものに留まり普通の風邪程度です。一方、SARSやMERSのようなウイルスは、肺炎のような重篤な感染症を引き起こします。

## 2. どうやってコロナウイルスは拡散するのか？

インフルエンザのような他の呼吸器系の病気と同様、ヒトに感染するコロナウイルスは一般に症状の出ている感染者から以下のような経路で拡散します：

- 咳やくしゃみからの飛沫
- 感染者の世話をするなど、感染者との濃厚接触
- ウイルスが付着している物や表面に触れ、手を洗う前に自分の口、鼻、目を触る

新型コロナウイルスがどれほど簡単に拡散してしまうのか、そして感染から発症するまでどれくらいの期間を要するのか日々調査を進めています。情報は確認でき次第、その都度お知らせいたします。

特定の人種や国籍の人がCOVID-19を発症する可能性が高いといった偏見を持つてはなりません。この新型のウイルスは全世界であらゆる人種、国籍の人に感染しています。

## 3. COVID-19の症状は？

報告された症状をみると、人によって軽度な症状から重篤なものまで様々で、場合によっては入院を必要としたり死に至るケースもあります。



### 要点

- コロナウイルスは他人との濃厚接触を通じて、あるいはウイルスが付着した物や表面に触ることで拡散します。
- 一般的な呼吸器系の感染症の予防策は新型コロナウイルスの予防にも有効です。
- 公衆衛生局はロサンゼルス郡における新型コロナウイルスの拡散を防ぐのに全力を尽くしています。
- ご質問等があれば2-1-1までお電話ください。

### 追加情報：

ロサンゼルス郡公衆衛生局  
2-1-1まで電話してください。

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>

アメリカ疾病予防管理センター (CDC)

<http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>

世界保健機関 (WHO)

<https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

# コロナウイルス感染症 (COVID-19)

以下のような症状があります：

- 発熱
- 咳
- 呼吸困難
- 重篤な症状

## 4. こういった症状が見られた場合や、最近感染が認められている国へ渡航した場合はどうしたらいいですか？

他国の事例を見るとインフルエンザと同様、ほとんどの人は症状が軽いため、発熱してから24時間は自宅にいてください。人によっては早めに医師の診療を受けることをお勧めします。これには高齢者、妊婦、免疫機能が低下している人、基礎疾患がある人が含まれます。呼吸困難や下痢嘔吐などの症状がある場合は、緊急医療機関へ行くか911に電話をしたり、もしくは治療を受けに行く前に、まずかかりつけの医師に電話してください。

COVID-19に感染している人と濃厚接触をした人も、医師と連絡を取る必要があります。COVID-19の影響に晒されている国々の最新リストについてはアメリカ疾病予防管理センター(CDC)のウェブサイトをご覧ください。 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>

## 5. コロナウイルスに感染しているか検査を受けることはできますか？

症状がない場合は検査をしても意味がありません。また軽度の症状であれば安静にしていれば良くなる人がほとんどなので、医師に診てもらう必要はありません。一方、呼吸困難や下痢嘔吐などの症状がある場合は、緊急医療機関へ行くか911に電話してください。高齢者、免疫力が低下している人、その他基礎疾患がある人は、早めに医師と連絡を取る必要があります。軽度の症状であれば医療機関に行ったり医師の診察を受ける必要はない可能性があります。ご質問等があれば、診察を受ける前に病院や医師へまず電話をしてください。

## 6. 新型コロナウイルスはどんな治療が行われますか？

新型コロナウイルスによって引き起こされる病状に対する特定の治療法はありません。しかし各症状に対しての治療は可能です。治療は患者の状況によります。

現状、新型コロナウイルスを予防するワクチンはありません。この新型感染症に対して予防や治療法があると虚偽の宣伝をしている製品にはご注意ください。

# コロナウイルス感染症 (COVID-19)

## 7. コロナウイルスは米国でも拡散していますか？

コロナウイルスの影響を受けている国への渡航歴が無いのに、米国で感染が明らかになったケースが数件あります。これは米国でも拡散しているコミュニティが存在することを意味しており、拡散は広がる可能性があります。

## 8. 旅行する場合、どうやって自分自身を守ったらいいですか？

現在、アメリカ疾病予防管理センター (CDC) ではCOVID-19の影響を受けている国への不必要な渡航はすべて控えるよう推奨しています。詳しくはCDCのCOVID-19渡航情報を掲載しているウェブサイト <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html> で、最新勧告をご覧ください。インフルエンザのような一般的な呼吸器系の感染症の予防策は新型コロナウイルスの予防にも有効です。どこかへ渡航する場合は医師に相談し、ご自身の健康を守るためにも目的地に合わせた推奨ワクチンの接種や薬品を受け取ってください。

## 9. 中国やイランからの旅行者に対し、連邦政府は具体的にどのような対策を講じていますか？

中国本土やイランでCOVID-19が多発しているため、ホワイトハウスから旅行に関する指示が出ています：

- 過去14日以内に中国本土やイランへの渡航歴がある、または滞在していた全ての外国籍の方は米国への入国が制限されます。この指示は大統領により14日おきに更新される可能性があります。
- 中国本土から米国民及びその親族が戻ってくる場合は、全員米国で指定されている11の空港のいずれか（ロサンゼルス国際空港を含む）を経由するよう指示が出ています。その場合、アメリカ合衆国税関や国境警備局の係員による検査を受けることとなります。
  - 万一こういった旅行者に呼吸器系の病状が見られる場合、さらに検査を受けるために医療機関に送られることとなります。
  - 過去14日間のいずれかの日に湖北省に滞在していた旅行者は、安全な場所で検閲され、最後に同省に滞在した日から14日間監視されることとなります。
  - 中国本土のその他の地域から帰国した場合でも、新型コロナウイルスへの感染が確認された人物と濃厚に接触している場合は、14日間の検閲対象となります。
  - 中国本土のその他の地域から帰国した場合で、新型コロナウイルスへの感染が確認された人物と濃厚に接触していない場合は、最終目的地への移動が許可されますが、現地の公衆衛生局により監視され、最後に中国に滞在した日から14日は自宅に留まり公共の場所へ行かないように要請されます。

# コロナウイルス感染症 (COVID-19)

## 10. その他の影響を受けた国からの旅行者に対し、連邦政府は具体的にどのような対策を講じていますか？

CDCは、COVID-19が発生しているその他の国からの旅行者で、出発してから14日以内に発熱、咳、呼吸困難が認められる場合は、医師の診察を受け自主的に隔離する（体調が悪い時は他の人との接触を避け、公共交通機関で移動しない）ことを推奨しています。

## 11. 公衆衛生局はどうやって自主的隔離の帰国者を監視するのですか？

旅行に関する新しい指令に従い、公衆衛生局は潜在的に発症の可能性があるケースを常時監視し、症状や発熱がないか確認します。これは麻疹のようなその他の伝染病の対応と同じプロセスです。公衆衛生局はコロナウイルスに感染した人物や発生している地域と接触した時点から14日間監視を行います。この期間を過ぎるとCOVID-19が発症するリスクは無くなります。

## 12. 2019-nCoVのような呼吸器系の感染症から自分や周りの人を守るにはどうしたらいいですか？

その他の呼吸器系の病気と同様、誰でも日々行うことができる、発症や他人への感染リスクを減らす手段があります。

以下を行ってください：

- 体調が悪い時は自宅で過ごす。
- 石鹸と水で20秒以上、しっかりとこまめに手を洗ってください。特にトイレに行った後、食事の前、鼻をかむ、咳やくしゃみをした後です。
- 石鹸と水が使えない場合は、少なくともアルコール濃度60%以上の手指消毒液を使用してください。明らかに手が汚れている場合は、石鹸と水で必ず手を洗ってください。
- 洗っていない手で目、鼻、口を触らないようにしてください。
- 体調が悪い人とキスしたりコップや食器を共有するなど、濃厚な接触は控えてください。
- 人がよく触る物や表面は頻繁に掃除や消毒をしてください。通常の家用品用クリーニングスプレーやウェットシートを使ってください。
- 咳やくしゃみをする場合はティッシュで覆い、ゴミ箱に捨ててください。ティッシュがない場合は、手ではなく袖を使って覆ってください。
- 今季インフルエンザの予防接種を受けていない人は、受けてください。

## 13. マスクを装着した方がいいですか？

医療専門家が勧めない限り、健康な人が自分をCOVID-19から守るためにマスクを着用するのは推奨されていません。マスクは、COVID-19の症状がある人が他の人にうつさないように用いるべきです。



# コロナウイルス感染症 (COVID-19)

一方、医療従事者やCOVID-19に感染した人のお世話を近い距離で行っている人はマスクを着用する必要があります。

## 14. 学校や職場は閉鎖されますか？

COVID-19がコミュニティを通じて広範に拡散している場合、さらなる拡散を防ぐために学校や職場を閉鎖するよう勧める必要があるかもしれません。公衆衛生局は組織や学校に対し、緊急プランを見直したり更新し、現場での仕事を一時的に減らす場合、必要なサービスだけを継続する方法を検討するよう勧告しています。子どもの学校やデイケアセンターと相談し、緊急業務プランについて尋ね、保育の代替案を考えておいてください。また、会社や雇用主と相談し、職場の閉鎖や仕事の削減があった場合どうすればいいかも確認しておくべきです。

## 15. COVID-19のことでストレスを感じる場合、どうしたらいいですか？

このような感染の可能性のある病気についてニュースで見聞きすると、不安を感じストレスを覚えるのは至って普通のことです。住んでいる地域から遠く離れた場所で起こっていたり、感染リスクが低い場合であっても同じです。肉体面と精神面の両方で自分の健康を保つことが重要です。公衆衛生局のウェブサイトには「感染する可能性のある病気が流行っている際のストレス対処法」など精神面を安定させるコツが掲載されています。ご相談がある方はロサンゼルス郡公衆衛生局の24時間年中無休メンタルヘルス・アクセスセンターのヘルプライン(800) 854-7771、あるいは2-1-1までお電話ください。

## 16. 他にすべきことは？

- かかりつけの病院がない方は、お探してください。
- 食料、水、その他備蓄品を含む緊急キットを新調しておいてください。自宅検閲を強いられた場合必要となります。他の緊急事態時と同様、万一のための備えはしておくべきです。
- コミュニティでは、全員に対し心地いい環境を維持しましょう。
- 新型コロナウイルスに関する最新かつ正確な情報を常に確認してください。
  - ロサンゼルス郡公衆衛生局 (LACDPH/郡)
    - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
  - カリフォルニア州公衆衛生局 (CDPH/州)
    - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
  - アメリカ疾病予防管理センター (CDC/国)
    - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
  - 世界保健機関 (WHO/世界)
    - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

ご質問等ございましたら、2-1-1までお電話ください。