

この冬どうする？

インフルエンザと 新型コロナ



Avenir

2020 Oct.

知ってほしいこと

- ・インフルエンザの発生状況：2020年9月
- ・新型コロナウイルスの最近の動向：2020年10月
- ・予防の考え方：インフルエンザ＝新型コロナ

Appendix

- ・インフルエンザと新型コロナウイルスの違い①-②
- ・新型コロナウイルスの最新情報①-④
- ・エアゾル感染と空気感染について
- ・インフルエンザの流行期①-③
- ・インフルエンザの予防接種時期
- ・今冬のインフルエンザ対策①-②
- ・新型コロナ、素朴な疑問①-③

知っててほしいこと

インフルエンザの発生状況：2020年9月

今年はインフルエンザの発生が大幅に**減少**しています。

インフルエンザ報告総数	
2020年39週 (9月21日～9月27日)	2019年39週 (9月23日～9月29日)
7名	4,543名

昨年
は
649倍!

基本的な
感染予防対策の継続を!!!

- 3密を避ける
- 手洗い
- 咳エチケット



■ 基幹定点医療機関（約500カ所）からのインフルエンザによる入院患者の届出数
2020年36週～39週(8月31日～9月27日)

- ・ **インフルエンザ様**疾患の発生報告 1件(昨年同期:361件)
- ・ **インフルエンザ**による入院患者数 1名(昨年同期:383名)

※保育所、幼稚園、小学校、中学校、高等学校における

新型コロナウイルスの最近の動向：2020年10月

国内で**9万4000人**を超え
死亡者数は**1600人以上**となりました。

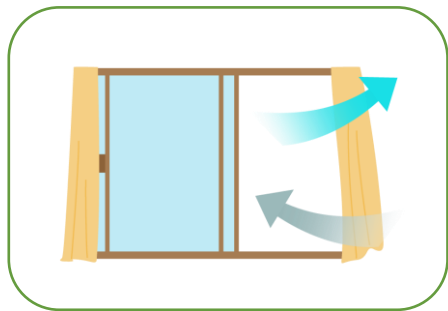
■10月22日(0:00)時点の発生状況

	合計
PCR検査実施人数	2,506,396人
陽性者数	94,524人
入院を要する者の数 うち重症者の数	5,137人 150人
退院、療養解除となった者の数	87,666人
死亡者数	1,685人
確認中	84人

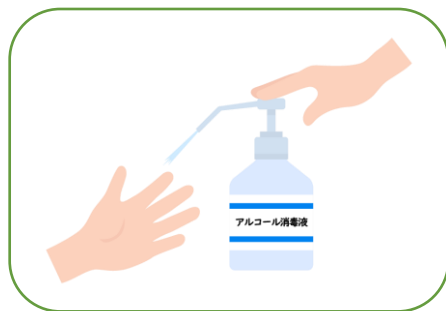
年齢別に見た
致死率！
60～69歳3.5%
70～79歳10.9%
80歳以上23%



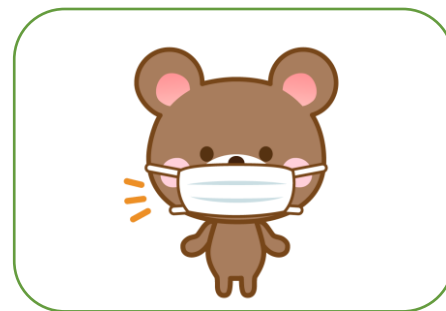
予防の考え方：インフルエンザ＝新型コロナ



やっぱり換気が重要！
換気が悪い場所では空
気清浄機を！



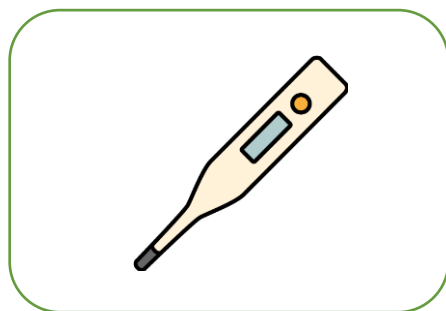
手洗い、消毒は必須！
タイミングも意識して



マスクの着用、咳エチ
ケットは必須！



3密を避ける！（密閉・
密集・密接）



風邪症状があるときは
外に出ない！



65歳以上の人と持病の
ある人は特に注意！

「インフルエンザ」と「新型コロナウイルス」の予防方法は同じ！

Appendix

インフルエンザと新型コロナウイルスの違い①







































































■インフルエンザと新型コロナウイルスの違い






	インフルエンザ	新型コロナウイルス
症状の有無	ワクチン接種の有無などにより 程度の差があるものの、 しばしば高熱を呈する	発熱に加えて、 味覚障害・嗅覚障害を 伴うことがある
潜伏期間	1～2日	1～14日(平均5.6日)
無症状感染	10% 無症状患者では、 ウイルス量は少ない	数%～60% 無症状患者でも ウイルス量は多く、感染力が強い
ウイルスの排出期間	5～10日(多くは5～6日)	10日以内
ウイルス排出のピーク	発病後2,3日	発病1日前
重症度	多くは軽症～中等症	重症になりうる
致死率	日本は多くても0.01%	日本は1.9%(2020年6月時点)
ワクチン	季節毎に有効性は異なる	現時点で有効な ワクチンは存在しない
治療	治療薬あり	レムデジビル、デキサメタゾン

引用文献：一般社団法人日本感染症学会提言 今冬のインフルエンザとCOVID-19に備えて
http://www.kansensho.or.jp/uploads/files/guidelines/2008_teigen_influenza_covid19.pdf
厚生労働省／治療薬、ワクチン、医療機器、検査キットの開発について
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/covid-19tiryouyaku_vaccine.html

インフルエンザと新型コロナウイルスの違い②

■新型コロナウイルスvsインフルエンザ、風邪、花粉症

	 Cough	 Fever	 Body Aches	 Chills/ Chills with Shaking	 Fatigue	 Headache	 Diarrhea	 Sore Throat	 Shortness of Breath	 Loss of Taste or Smell	 Chest Pain	 Runny Nose	 Sneezing	 Watery Eyes
	咳	熱	関節痛	悪寒	倦怠感	頭痛	下痢	喉の痛み	息切れ	味覚・嗅覚の異常	胸の痛み	鼻水	くしゃみ	涙目
新型コロナ														
インフルエンザ														
風邪														
花粉症														

 Frequently 頻繁	 Sometimes ときどき	 Little 少し	 Rarely 稀に	 None なし
--	---	--	--	--

Source : Carver County Public Health(U.S.A) Revised 5/1/2020

- ・ 新型コロナでは**味覚・嗅覚の異常**や**息切れ**があるがインフルエンザではほとんどない（重症化した場合を除く）
- ・ 一方、風邪やインフルエンザでは良くある**鼻水**は**少ない**

※新型コロナ感染症でも**無症状の方が30~40%いる**と言われています。

新型コロナウイルスの最新情報①

10月に入っても新たな感染者数は減少せず、
200人～600人を推移しています。

新たな感染者数 ▼

🇯🇵 日本 ▼

全期間 ▼



新型コロナウイルスの最新情報②

飛沫感染、接触感染の他、
エアゾル感染、空気感染の可能性も示唆されています。

■厚生労働省

9月7日、新型コロナウイルス感染症の診療に当たる医療従事者向けの
手引を改訂し、短距離ではエアロゾル（浮遊する微粒子）による感染も
可能性があると指摘している。

■米疾病対策センター（CDC）

10月5日、新型コロナウイルスの感染経路に関する指針を改定し、
「『空気感染』で広がるのが時々あり得る」と指摘している。

一定条件(※)のもとで感染者が6フィート（約2メートル）離れた人にうつしたと
みられる証拠があると指摘している。

※換気が不十分な密室で、歌ったり運動したりで大きく呼吸。

引用文献：CDC(米国疾病予防管理センター)

<https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/environmental/background/air.html>

厚生労働省「新型コロナウイルス感染症診療の手引き」<https://www.mhlw.go.jp/content/000668291.pdf>

新型コロナウイルスの最新情報③

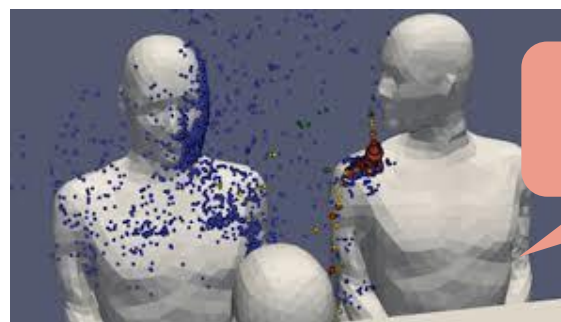
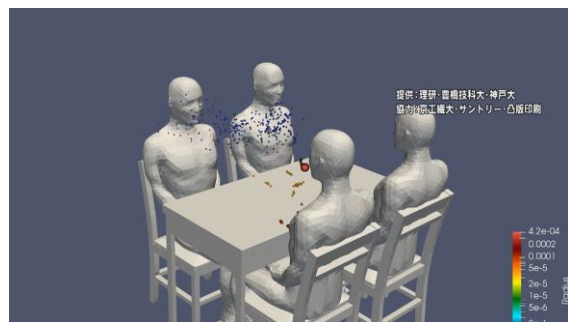
理化学研究所のスーパーコンピューター「**富岳**」による
新型コロナ対策のシミュレーションが実施されています。

■20分間の会話で咳1回分

20分程度の会話をすると、**咳1回と同じ程度の飛沫やエアロゾル**が発生。

■隣の席は正面の5倍

感染者が相席者に均等に話しかけた場合には、**隣席に最も多く飛沫が届き**、正面、はず向かいの順となる。隣席は正面の約5倍、はず向かいは4分の1程度へ減るとされており、状況に応じた対応が必要。



隣席の飛沫が
最多!!!

引用文献：産経ニュース

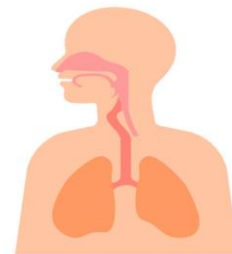
https://news.line.me/list/oa-sankeinews/i1qw1h6ebj8n/wj7vmbz8qtiw?utm_source=OA_digest_oa_sankeinews&utm_medium=202010190805&utm_campaign=none

<https://www.sankei.com/life/photos/201013/lif2010130013-p3.html>

新型コロナウイルスの最新情報④

■マスクは鼻まで覆う

マスクを着用することで、**上気道へ入る飛沫を3分の1まで低減**できるため、正しいマスクの着用を。



■湿度は60%を目安に

室内の**空気が乾燥**していると、**飛沫が急速に乾いてエアロゾルになる量が増える**ことが判明。加湿器で**湿度を保つ**ことや、**エアロゾルを減らすため換気**することが重要。



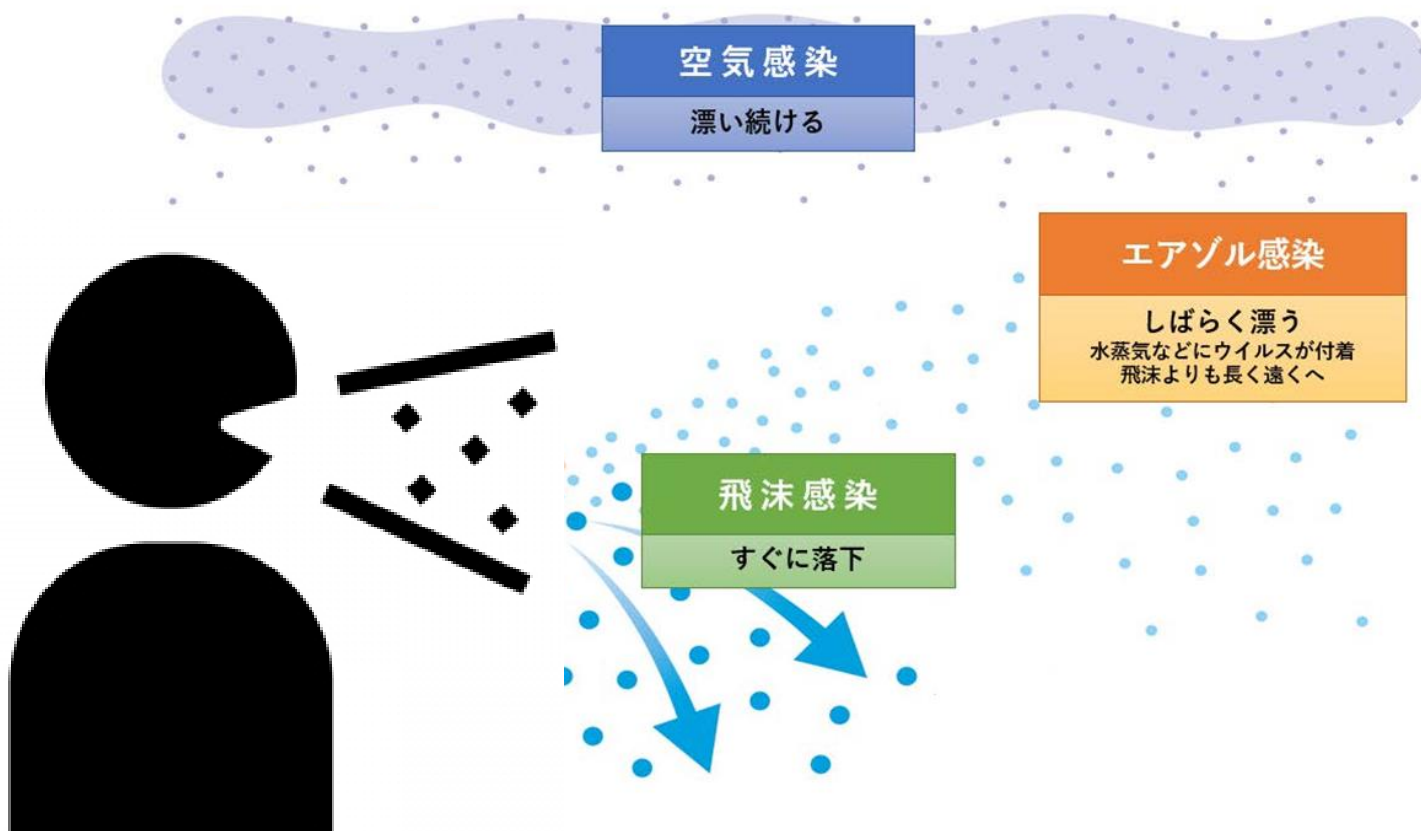
高湿度の環境では
机などに落ちる飛沫が増え、
落ちた場所を介しての接触感染リスクが
高まるため**接触感染対策**も重要！

引用文献：産経ニュース

https://news.line.me/list/oa-sankeinews/i1qw1h6ebj8n/wj7vmbz8qtiw?utm_source=OA_digest_oa_sankeinews&utm_medium=202010190805&utm_campaign=none

<https://www.sankei.com/life/photos/201013/lif2010130013-p3.html>

エアゾル感染と空気感染について



参考文献：CDC(米国疾病予防管理センター)

<https://www.cdc.gov/infectioncontrol/guidelines/environmental/background/air.html>

厚生労働省「新型コロナウイルス感染症診療の手引き」

<https://www.mhlw.go.jp/content/000668291.pdf>

インフルエンザの流行期①

2020-2021年のインフルエンザのシーズンは
8月31日から2021年9月5日までです。

■例年のインフルエンザの感染者数

国内で推定約1000万人いると言われています。



■国内の死因別死亡者数

インフルエンザによる死亡者数は214～1818人です。(2001年～2005年)
また、直接的及び間接的にインフルエンザの流行によって生じた死亡を推計する超過死亡概念というものがあり、この推計によりインフルエンザによる年間死亡者数は、世界で約25～50万人、日本で約1万人と推計されています。



この冬、新型コロナウイルスの流行とインフルエンザの流行が重なることで**重大な事態**になることが危惧されています！

インフルエンザの流行期②

■同時流行で懸念されること

医療機関の混雑

- ・ 診療が滞ったり、病床が足りなくなる

区別がつきにくい

- ・ 適切な治療の遅れや隠れた感染者からの感染拡大の恐れがある

混合感染の危険性がある

- ・ 単独で感染する場合に比べて重症化や致死率の上昇が懸念される

1人1人が実施できる
対策をしっかりと
行うことが重要です！



インフルエンザの流行期③

特徴的な症状がない場合、
インフルエンザと新型コロナウイルスを
見分けることは**困難**であると指摘されています。

インフルエンザ流行期



インフルエンザが強く疑われる場合を除いて、可及的に季節性インフルエンザとCOVID-19の両方の検査を行うことを推奨(表4)。ただし、COVID-19の検査の実施は限られることから、流行状況により、先にインフルエンザの検査を行い、陽性であればインフルエンザの治療を行って経過を見ることも考えられる (日本感染症学会、「今冬のインフルエンザとCOVID-19に備えて」の提言に際してより要約抜粋)。

引用文献：国立感染症研究所「COVID-19検査指針」

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/diseases/ka/corona-virus/2019-ncov/9324-2019-ncov.html>

日本感染症学会「今冬のインフルエンザとCOVID-19nに備えて」

http://www.kansensho.or.jp/uploads/files/guidelines/2008_teigen_influenza_covid19.pdf

インフルエンザの予防接種時期

インフルエンザ
ワクチンは過去
5年間で最大となる
6300万人分を
供給予定！



令和2年9月

季節性インフルエンザワクチン 接種時期ご協力のお願い

! 今年は過去5年で最大量（最大約6300万人分）のワクチンを供給予定ですが、より必要とされている方に確実に届くように、ご協力をお願いします。

10月1日～

接種希望の方はお早めに

65歳以上の方（定期接種対象者）※

※65歳以上の方のほか、60歳から65歳未満の慢性高度心・腎・呼吸器機能不全者等
※定期接種の開始日は、お住まいの市町村で異なりますのでご確認下さい。

**上記以外の方は
10月26日まで接種をお待ちください**

65歳以上の方の接種ができるよう
ご協力をお願いいたします

10月26日～

接種希望の方はお早めに

**医療従事者
基礎疾患を有する方
妊婦
生後6ヶ月～小学校2年生**

上記以外の方も接種できます

引用文献：厚生労働省「次のインフルエンザ流行に備えた体制設備について」

<https://www.mhlw.go.jp/content/000667888.pdf>

東京都感染症情報センター<http://idsc.tokyo-eiken.go.jp/diseases/flu/flu/#yearsold>

厚生労働省インフルエンザ<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou04/02.html>

今冬のインフルエンザ対策①

季節性インフルエンザ流行期には、
発熱等の症状がある方が確実に医療機関を受診できるよう、
これまでの**仕組みを変更**！10月中に整備される予定です。

■9月4日発令、厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部 「次のインフルエンザ流行に備えた体制整備について」



これからは、身近な医療機関に直接電話相談し、地域の「**診療・検査医療機関**」を受診する仕組みに変更



従前の帰国者・接触者相談センターを、診療や検査の対応が可能な最寄りの医療機関を案内することを主な機能とする、**受診・相談センター(仮)**として10月中に整備していく



発熱等の症状がある方は、まずは、かかりつけ医があればかかりつけ医、なければ近くの内科や小児科にまず電話！（**電話をせずに直接医療機関に行くことは避けること**）

今冬のインフルエンザ対策②

■9月4日発令、厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部 「次のインフルエンザ流行に備えた体制整備について」抜粋

(受診・相談センター)

- 上記体制の整備により、発熱患者等は、事前に帰国者・接触者相談センターに相談することなく、かかりつけ医等の身近な医療機関に直接相談・受診することとなるため、帰国者・接触者相談センターは、症状のある患者の相談を受け、帰国者・接触者外来を案内するという従前の役割を解消することとなる。しかし、今後は、急に症状が悪化して夜間・休日に受診可能な医療機関を探す方のように、住民が相談する医療機関に迷った場合の相談先として、帰国者・接触者相談センターは「受診・相談センター（仮称）」として、体制を維持・確保すること。
- 「受診・相談センター（仮称）」は、その地域の「診療・検査医療機関（仮称）」や検査センターとその対応可能時間等を把握し、発熱等症状のある患者等から相談があった場合には、最寄りの適切な医療機関の案内や必要に応じて受診調整を行うこと。
- そのため、「帰国者・接触者相談センター」は「受診・相談センター」等、各都道府県で適切な名称に変更し、都道府県は「受診・相談センター（仮称）」としての体制を、本年10月中を目途に整備すること。

新型コロナ、素朴な疑問①

Q1. ワクチンはいつできますか？

一般に、ワクチンの開発までには、当該ワクチンの有効性・安全性の確認や、一定の品質を担保しつつ、大量生産が可能かどうかの確認などを行う必要があり、開発には**年単位の期間**がかかります。



Q2. 熱や咳があります。どうしたらよいでしょう？

発熱などのかぜ症状がある場合は、**仕事や学校を休んでいただき、外出は控えてください。**

Q3. 新型コロナはハエや蚊を介して感染しますか？

これまでのところ、新型コロナウイルスがハエや蚊を介して人に感染した**事例は見つかっていません。**



新型コロナ、素朴な疑問②

Q4.新型コロナに感染していないか調べてもらえますか？

帰国者・接触者相談センターやかかりつけ医、地域の相談窓口等に
あらかじめ電話でご相談ください。その結果、感染が疑われると
判断された場合には、コロナウイルスの検査を受けることになります。

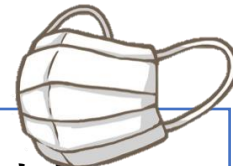
Q5.家族に新型コロナの感染が疑われる場合、どんなことに注意すればよいでしょうか。

- ①部屋を分ける②感染が疑われる家族の世話は限られた人で
- ③マスクをつける④こまめに石鹸で手を洗う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、衣服を洗濯する
- ⑧ゴミは密閉して捨てる



新型コロナ、素朴な疑問③

Q6. 一度感染して抗体ができれば、再感染しませんか？



新型コロナウイルスに感染すると抗体が作られることが知られていますが、一度新型コロナウイルスに感染した方であっても、再度感染する可能性は否定できません。

Q7. コロナに感染しないか心配で夜も眠れません。

私生活において不安で眠れないといった悩みや生きづらさを感じるなど様々な悩みについて相談をしたい場合に、SNSを通じて誰にも知られずにチャット形式でカウンセリングができる場があります。

 [ココロのほっとチャット](https://www.tsunasou.jp/entrance/kokorohotchat2)

<https://www.tsunasou.jp/entrance/kokorohotchat2>

