

予防は治療に勝る

— 新型コロナウイルス第二波 私たちはどう生き抜くのか —

長期戦を迫られる新型コロナウイルス感染症との闘い。全国的な感染拡大や市内での感染者発生など、高山市も新しい局面を迎えました。

年末年始を迎える中、私たちが今できることは一体何なのか。市民保健部参事で医師でもある川尻宏昭先生にインタビューしました。



— 新型コロナウイルスが急拡大しています。今私たちがすべき予防は？

マスクの着用や手洗い、三密の回避など、今までの感染予防対策が非常に有効です。

米国疾病予防管理センター（CDC）の研究により、マスクの着用や手洗いが新型コロナウイルス対策に有効であると科学的に証明されました。接触感染に比べて飛沫感染が圧倒的に多いとわかっていますので、特にマスクの着用は重要です。

また、新型コロナウイルスは空気感染しませんが、三密の状況が空気感染に近い状況を引き起こすと言われています。寒くて換気したくなくなる時季ですが、こまめに換気をしましょう。

— 体調に異変を感じた時は、どうしたらよいでしょうか？

まずは1〜2日自宅で休んで様子を見てみてください。それでも調子が変わらないときは、まずかかりつけ医に「電話」で相談を。その後、かかりつけ医の指示に従ってください。

— インフルエンザとの違いは？

専門家でも見分けは難しいです。インフルエンザが、「発熱やのどの痛みが突然あらわれて、4、5日で症状が改善していく」のに対して、新型コロナウイルスは、「症状が長引くこと（5日以上）や息切れが出てくること」などが特徴的です。

— 感染が拡大していますし、やはり家にいた方がよいのでしょうか？

コミュニケーションや運動量が減ると、気分が落ち込んだり体力が低下したりして、心と体の健康に影響します。市内で感染症対策がしっかりとされている場所であれば、出かけても大丈夫です。ただし、マスクの着用などは忘れずに！

— 新型コロナウイルスとの闘いは、今後どうなっていくのでしょうか？

有効性の高いワクチンの開発や、治療法の確立による致死率の低下など、少し希望がもてるような状況になってきました。ですが、1人の重症患者さんの治療には、多くの医療スタッフを割く必要があります。感染者が増えるほど、重症患者が増える。つまり、医療現場が混乱・崩壊するのです。

収束に向けて私たち一人ひとりができる一番効果的で大切なことは、これまで行ってきた「予防」の継続です。

— 川尻先生から皆さんへ伝えたいことは？

とにかくマスクと手洗いです。「予防は治療に勝る」という言葉を今一度！

あとは、相手を思いやる「心」も大切。医師である私自身も、常に「自分も感染するかも、感染しているかも」と思っ

て行動しています。誰かが悪いわけではなく「病気が悪いのです。

差別や偏見を生むことなく、みんなで一緒に乗り越えましょう！

《プロフィール》

川尻宏昭（かわしり・ひろあき）
高山市出身。徳島大学医学部卒業。
国立名古屋医療センターなどを経て現職。朝日・高根診療所長。

みんなで一緒に乗り越えよう！

