

うつらないために

うつさないために

新型コロナウイルス感染症は一般的には飛沫感染、接触感染で感染します。閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、せきやくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあります。

ひまつ 飛沫感染

感染者の飛沫（くしゃみ、せき、つばなど）を他の人が吸い込んで感染（一般に5分間の会話で1回のせきと同じくらい飛沫（約3,000個）が飛ぶと報告されている）。

接触感染

感染者がウイルスの付着した手で、周りの物に触れ、他の人がそれに触ることやウイルスが手に付着し、口や鼻の粘膜から感染（新型コロナウイルスは、プラスチックの表面では最大72時間、ボール紙では最大24時間生存するなどされている）。

接触感染に注意

1時間に平均23回

新型コロナウイルスの感染経路として飛沫感染のほか、接触感染に注意が必要です。

人は、“無意識に”顔を触っています。



そのうち、目、鼻、口などの粘膜は、約44パーセントを占めています！



手に付いたウイルスを洗い流すために、石けんを使って丁寧に手を洗いましょう。外出先など、やむを得ず水道を使えない場合は、消毒用アルコールをまんべんなく手に擦り込みましょう。

新型コロナウイルス感染症予防のため、「3つの密」の回避、マスクの着用、石けんによる手洗いなどを継続しましょう。感染しないよう予防に努めるとともに、誰かにうつさないことも大切です。家庭・職場においても定期的な換気や室内の消毒、せきエチケットを心がけましょう。

問合せ▶困健康づくり課予防係(☎内線1171) 困介護高齢課包括支援センター(☎内線1189)

〈出典・参考 厚生労働省〉