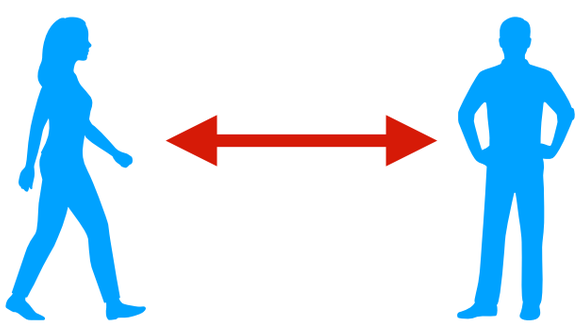
DeJak-友の会

5月23日　第一回オンラインセミナー

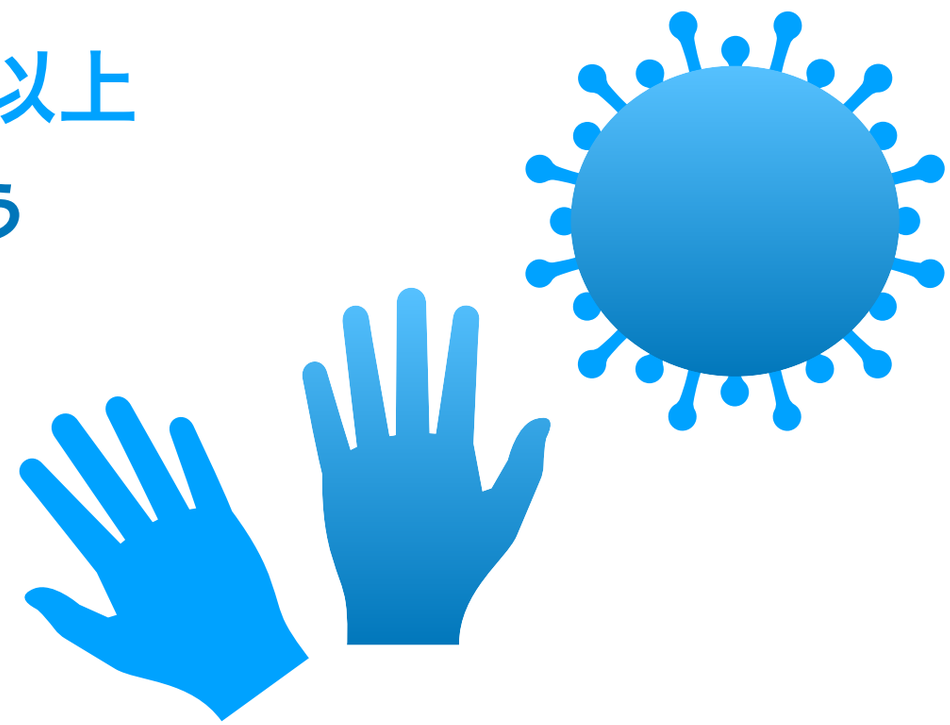
新型コロナ-
ドイツに暮らす私たちが知っておきたいポイント

手を洗う、換気、人との距離 1.5 - 2 m以上

できるだけ人混みの多い所は避けましょう



gesund bleiben



担当：馬場恒春　JAMSNETドイツ

お話の順番

ウィルスの知識 ➡ 病気について ➡ 数値の読み方 ➡ 予防について

私たちが知りたいこと

- いつまで続きますか？
- ワクチンはいつ完成しますか？
- 今年の夏は旅行しても大丈夫ですか？
- 外出やレストランは？
- 抗体検査で何が分かりますか？
- BCGが効くというのは本当ですか？
- イブプロフェンは危ないと聞きましたが？

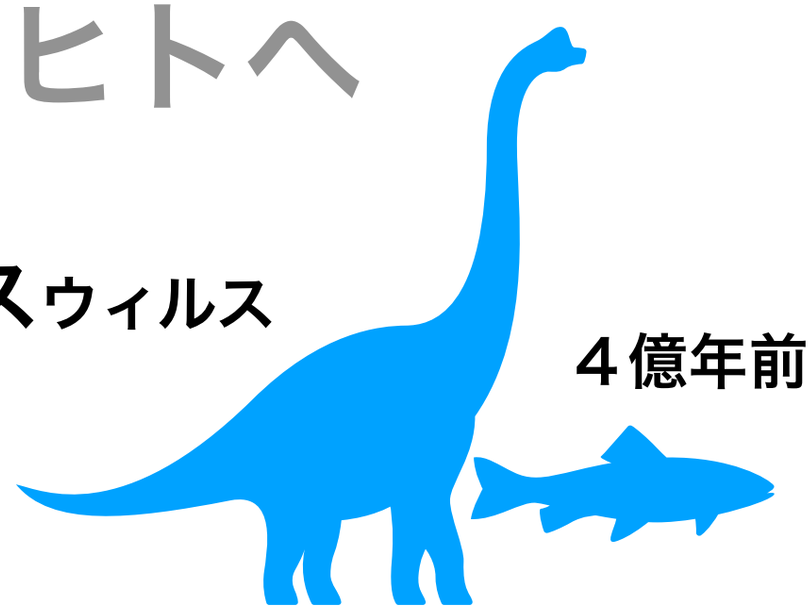
⋮

動物からヒトへ

敵か共存体か？

子宮の胎盤形成に必須の
遺伝子の一つがウイルス由来

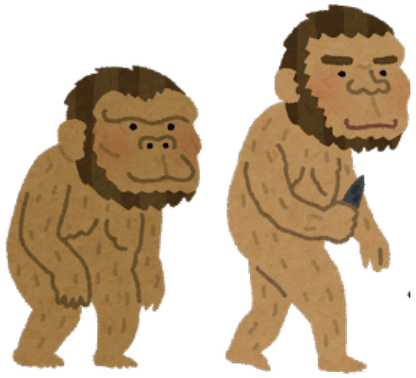
ヘルペスウィルス



４億年前より

B型肝炎ウィルス

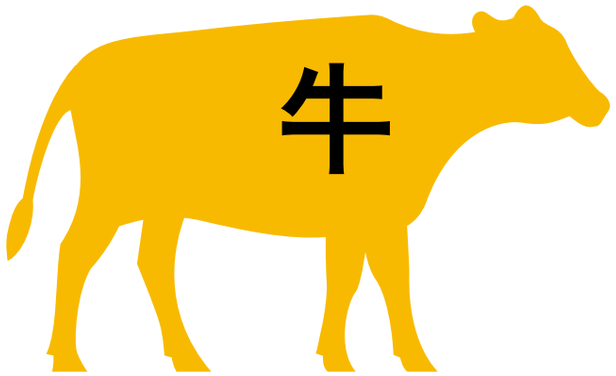
紀元前５,000年



ヒト

麻しんウィルス（はしか）

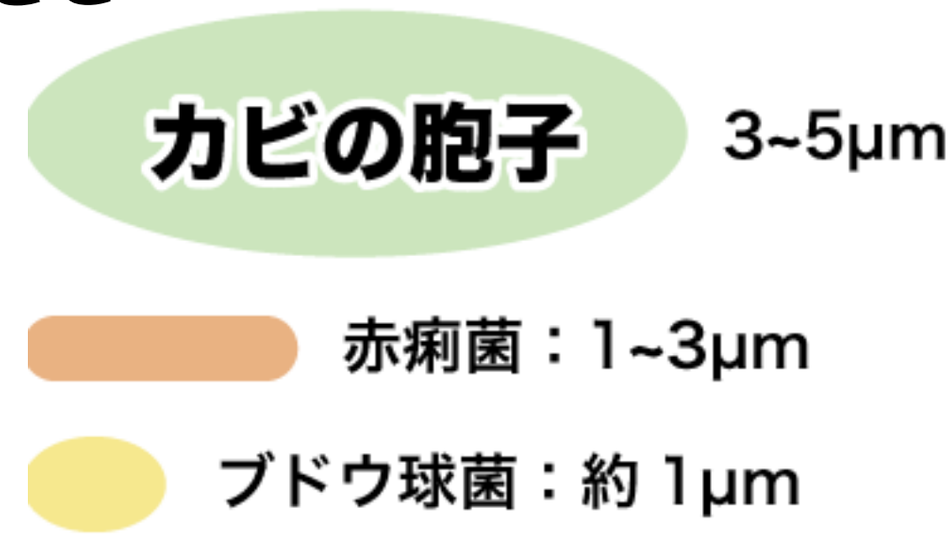
紀元前3,000年



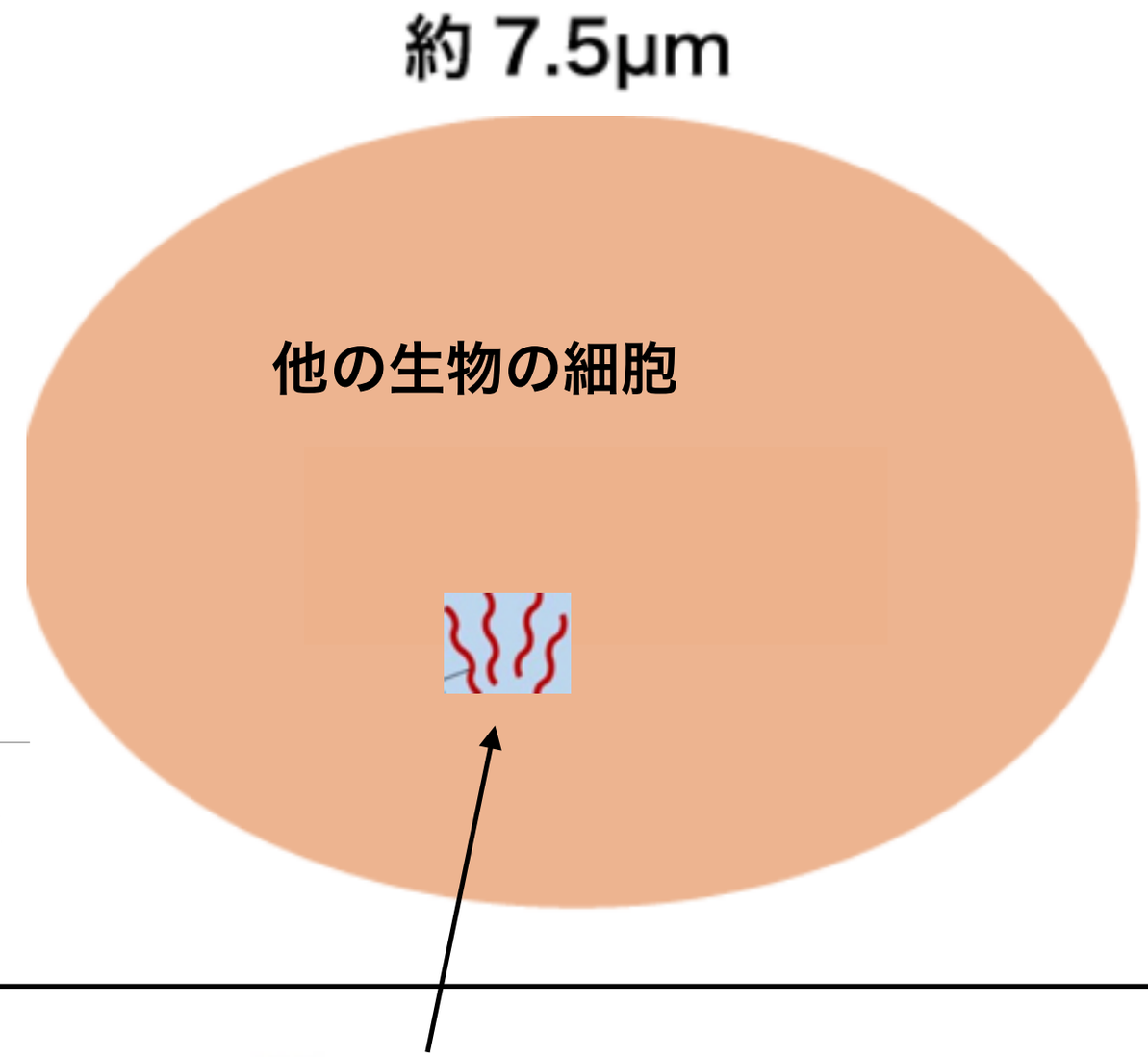
ヒト

ウィルスとは

大きさ

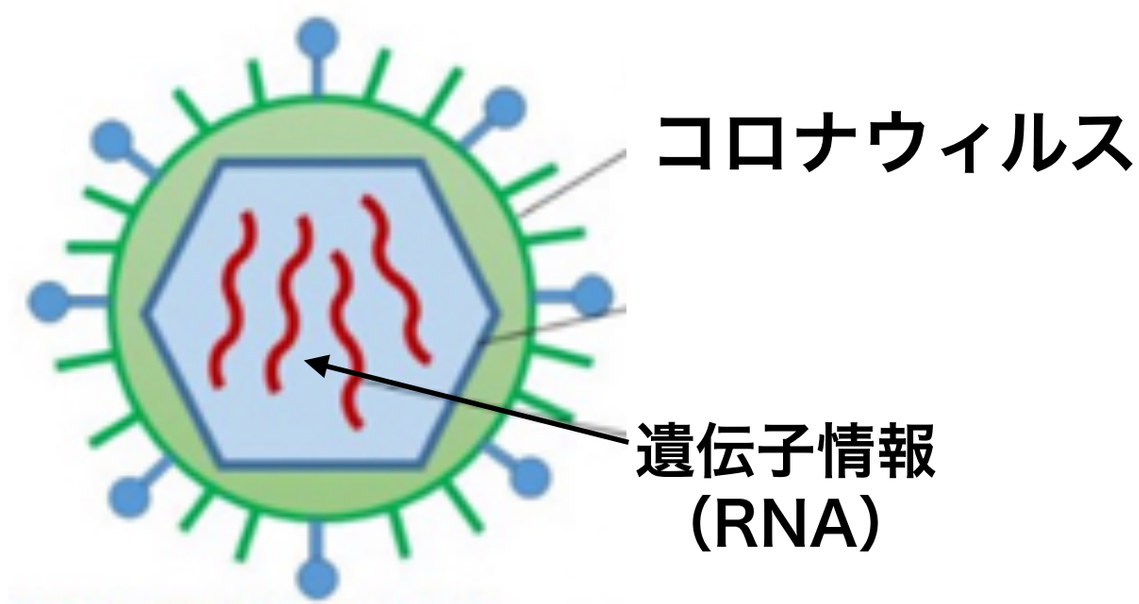


- コロナウィルス：80～220 nm



ウィルス粒子の特徴

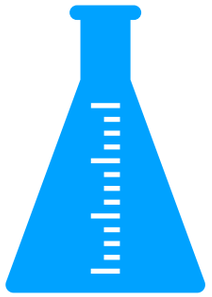
- 遺伝子情報（DNA、RNA)
- 自分で増殖できない
- 感染力がある
- 他の細胞の中でのみ増える



ウィルスの生と死

「ウィルスの死」＝ 感染・すなわち増殖ができなくなること

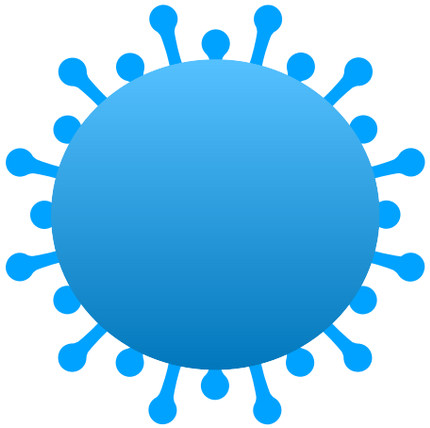
- ６０℃近い温度
- 太陽の紫外線
- 洗剤　➡　インフルエンザ



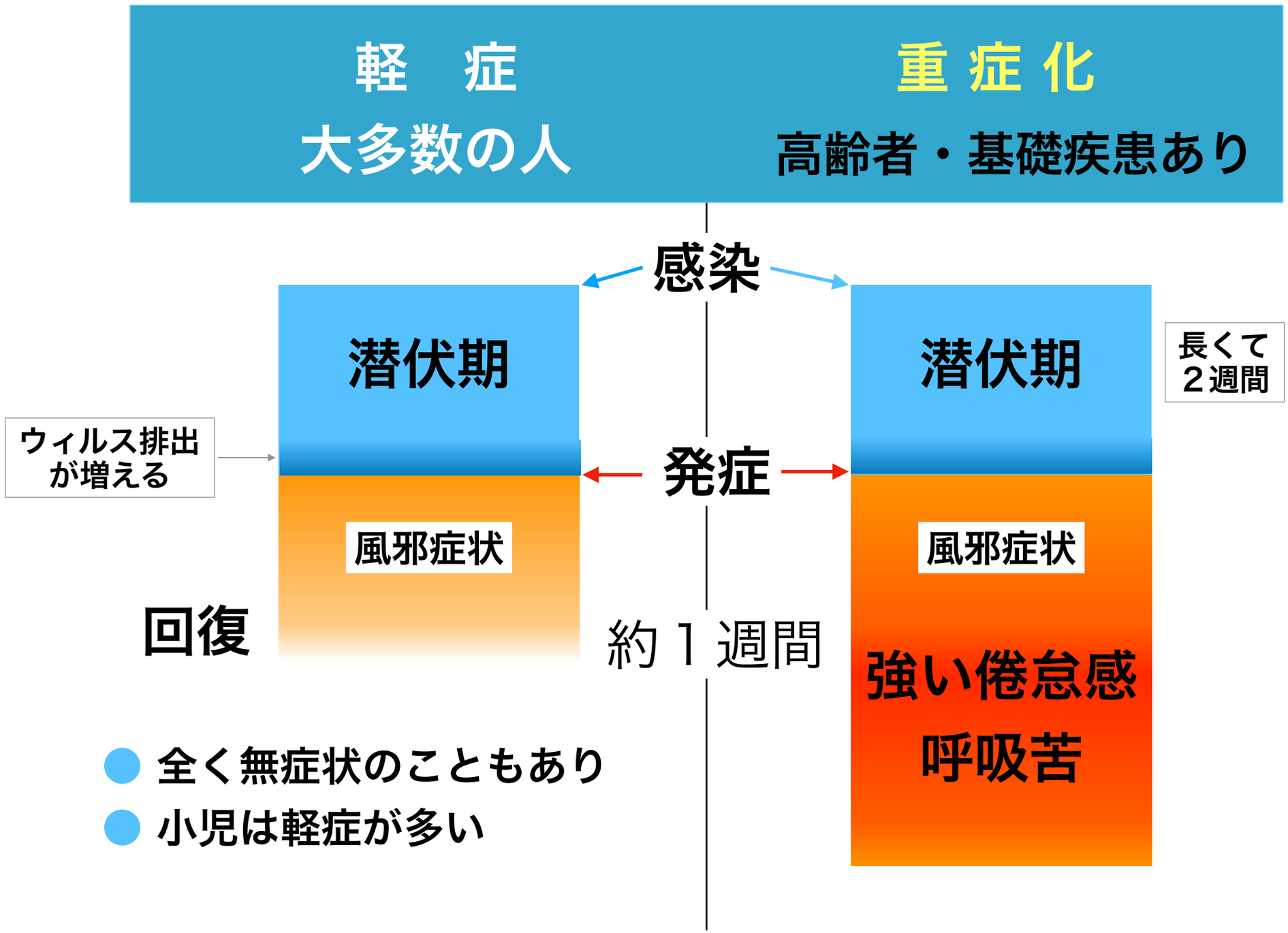
例外がある：ノロウィルス（２週間以上生存）
ポリオウィルス（下水中では数ヶ月〜数年生存）

新型コロナウィルスは？

- ▲ 物体の表面で２〜３日
- ▲ 空気中でも数時間
- ▲ 便中にも１ヶ月以上排泄



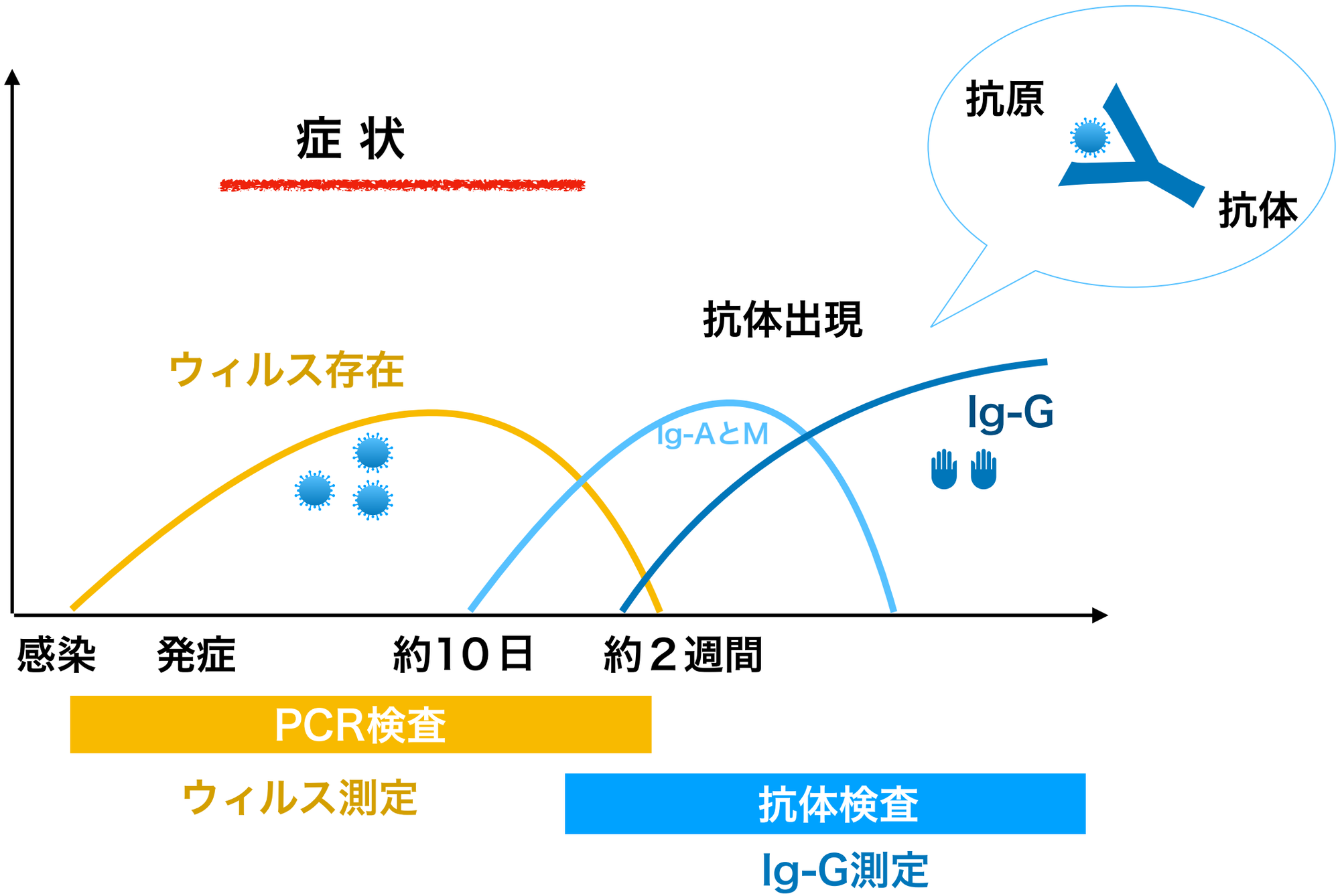
新型コロナウィルス感染症の臨床経過



- 全く無症状のこともあり
- 小児は軽症が多い

（発表されている資料をもとに作図）

感染経過と診断マーカー



（あくまでイメージを図式化したもので実際の経過とは異なります、馬場）

新型コロナウィルス感染の診断方法

PCR法

- 現在の感染を知る
- ウィルス遺伝子（の一部）
- 感染者の陽性率はca. 70%

陽性だったら

↓

規定に従い対応

抗体検査

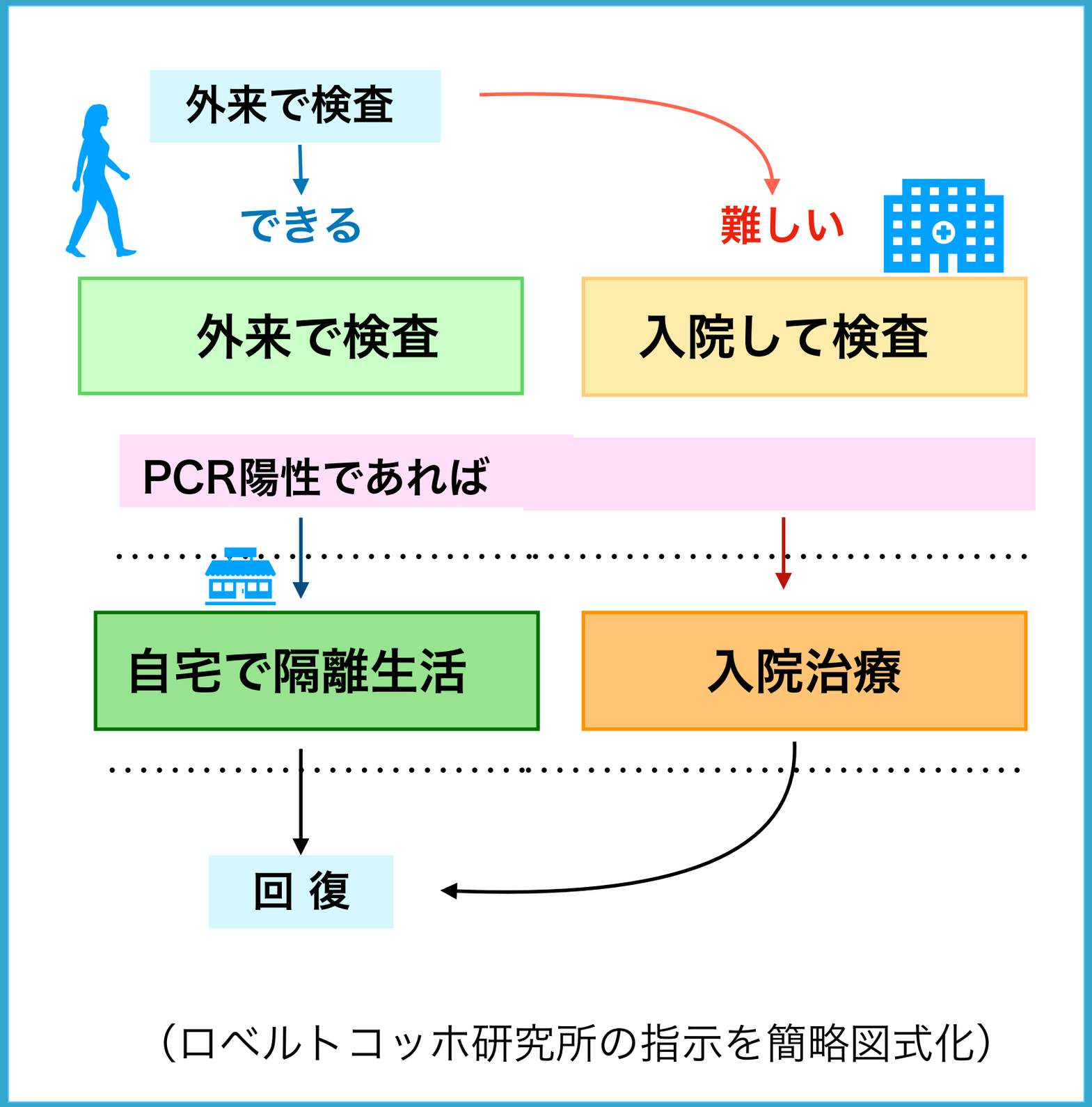
- 過去の感染を知る
- ウィルスの痕跡
- 予防に繋がるか？

陽性でも

↓

特に対処なし

仮にPCR陽性と言われたら



Häusliche Quarantäne

14日間以上の自宅で自己隔離

48時間内 PCR2回陰性

数値の読み方

● 何がわかる？
● 解釈上の注意

Reproduktionszahl
再生産数（R）

（一人の感染者から他の何人に感染したか）
● １未満　終息に向かっている
● １以上　拡大傾向にある
● 対象期間の明示

Fälle akkumuliert
neue Fälle
感染者数

（累積数・新感染者数）
● 流行の程度
● PCR検査数によって異なる

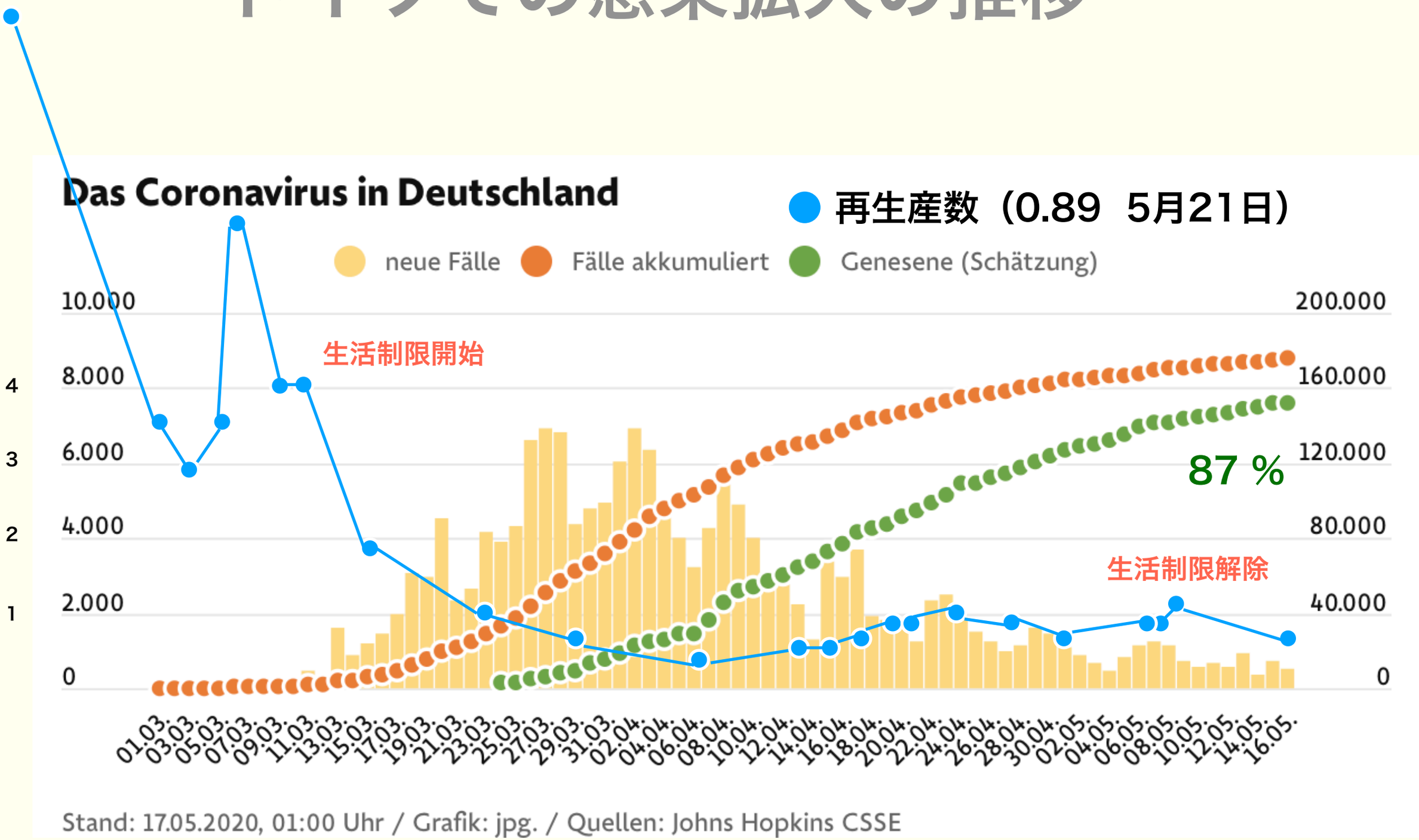
wieder gesund
Genesene
回復者数（率）

● 回復率が高いほど終息に向かっている
● „回復“ の基準が国によって異なる

Todes Fälle
亡くなられた方の数

● 急激な重症患者の増加
● 医療機関の対応能力も影響

ドイツでの感染拡大の推移



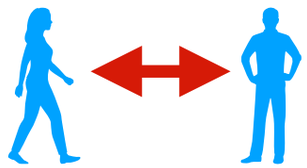
フランクフルター・アルゲマイネ紙より
（青線グラフは馬場が手書き追加）

何に注意して生活すれば？

感染予防のため

手洗い

人との距離



部屋の換気

人混みを避ける

十分な睡眠

重症化予防のため

禁煙

血圧・糖尿病の
コントロール

その他

運動不足

歩く

メンタルケア

将来

ワクチン

まだ分かっていないことが多い

？　ウィルスは何に弱いのか

？　一度罹ると２度と感染しない？

？　感染は体の何処かで一生続くのか？

例 ヘルペス

？　便中排泄のウィルスは？

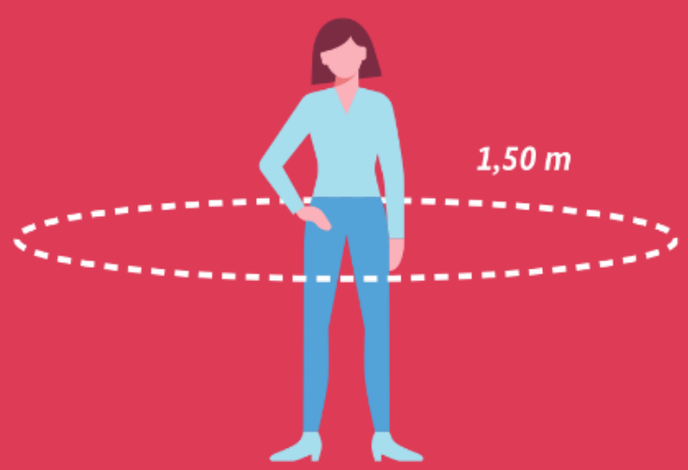
？　流行はいつまで？

？　ワクチンはいつ？

分かっていることのまとめ

- 潜伏期が長い
- 症状は風邪とほとんど同じ、しかし
- 高齢者は重症化と命の危険
- PCR検査にて現在の感染を診断
- PCR陽性者は自宅にて２週間の自己隔離
- 抗体検査は過去の感染を知る
- 感染拡大状況はR（再生算数）が大切
- 手洗い・距離・換気・人混みを避けるが大切

Die AHA-Formel gegen Corona!



A = Abstand

+

H = Hygiene

+

A = Alltagsmasken

Bundesministerium für Gesundheit

AHA! Diese drei Grundregeln gegen Corona bestimmen weiter den Alltag. Bis es einen Impfstoff gibt. Denn so lange gilt: Je mehr Normalität wir wiederhaben wollen, desto normaler muss AHA werden. Für uns alle, jeden Tag. Jetzt erst recht: ***ZusammenGegenCorona.de***

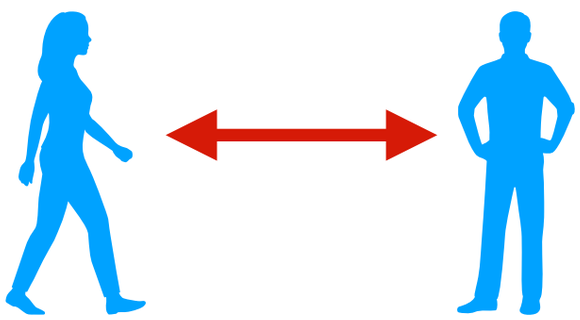
Zusammen gegen Corona

JAMSNETドイツ

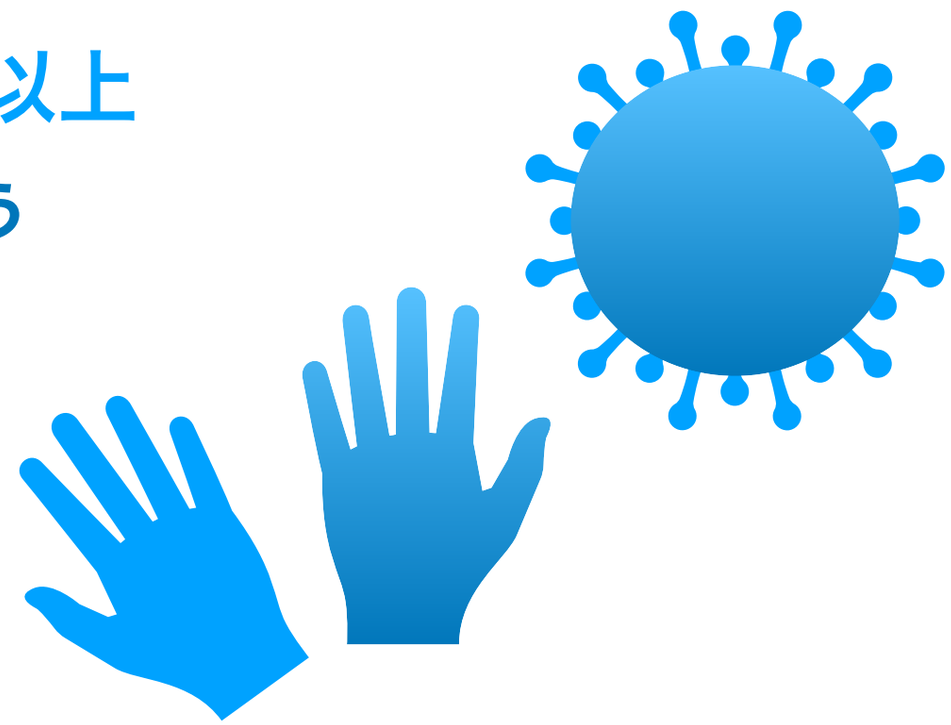
ご清聴ありがとうございました

手を洗う、換気、人との距離 1.5 - 2 m以上

できるだけ人混みの多い所は避けましょう



gesund bleiben



DeJak-友の会

5月23日　第一回オンラインセミナー