

# 新型コロナウイルス感染症の予防対策

感染症：病原体が体内に侵入して症状がでる病気

日常生活上の予防は引き続き重要な感染予防策

- ✓ 人の間隔はできるだけ2m（最低1m）空ける
- ✓ 会話する際は、真正面を避ける
- ✓ 家に帰ったら手や顔を洗う
- ✓ 手洗いは30秒以上かけて水と石けんで丁寧に
- ✓ 3密（密集、密接、密閉）の回避
- ✓ こまめに換気
- ✓ 日常の健康チェック（体温、呼吸状態、だるさ、頭痛など自覚症状の把握）



船上での対策は陸上の対策と変わらない

感染者が出たときは

- ✓ 感染者と思われる船員が出たときは本人を隔離して、すぐに陸上に報告
- ✓ 感染者の隔離場所と健康船員の生活場所を離す（ゾーニングの設定）
- ✓ 感染者に接触する人は最小人数に絞り、予防の用具を着て世話
- ✓ 可能な限り早く入港し、保健所に連絡、医療機関に収容
- ✓ 全乗組員の毎日の健康チェックと日常の予防対策を2週間続ける

## 新型コロナウイルス感染の症状

初期症状：鼻水、咳、発熱、喉の痛み、筋肉痛、倦怠感、嗅覚・味覚障害  
痰・血痰、下痢

重症化：肺炎、呼吸困難、上気道炎、気管支炎

重篤化：急性呼吸器症候群、敗血症性ショック、多臓器不全、血栓症

## 新型コロナウイルス感染が長引く理由

- ✓ 3大感染ルート《飛沫、飛沫核（エアロゾル）、接触》による感染
- ✓ 環境中の寿命が長い（空気中3時間、ステンレス表面 2～3日）
- ✓ ウイルス感染は夏も流行し、年間を通して伝搬する
- ✓ 無症状からの感染が多いため、知らずに感染拡大
- ✓ 潜伏期、罹患期間がともに10日前後と長い
- ✓ ウイルスの変異し易く、感染力が強くなり、拡散しやすい
- ✓ 若年者は重症化しないので若者の予防がおろそかになりやすい

## 新型コロナウイルスの環境中での「寿命」

