

専門家会議からの「他人との接触8割減の要請」の根拠

1. まず新型コロナウイルス感染症の特徴が重要である

- ① 感染力が季節インフルエンザに比べて格段に強い。「約5～8倍」WHO2020/04/14
- ② 感染して症状発現まで平均2週間(潜伏期)だがこの間も十分強い感染力がある。(感染を疑われ、わざとスナックに行きホステスに感染させた例)
- ④ 初期症状は、風邪との区別が困難(発熱や咳など)で、持続・悪化する場合は、入院し人工呼吸器が必要。新型コロナの致死率は「2009H1N1型の10倍」WHO2020/04/14
- ⑤ 人・人感染であるから、感染予防は「他人からの自己隔離」しかあり得ない。

2. 現在、都市部は感染爆発の直前局面である。したがって感染予防は「他人からの自己隔離」しかあり得ないという観点から、「他人との接触8割減の要請」という専門家会議からの要請は当然である。

3. 「他人との接触8割減の要請」といわれても具体的にどうすべきか迷ってしまう人が大半で、結果的にこの要請が実効する可能性は低くなり、感染蔓延に歯止めがかからない事が懸念される。

4. 古典的手法であるが、ヒューマン・チェーン・ツリーを使うと、なぜ「他人との接触」が危険であるかわかりやすい。

5. ヒューマン・チェーン・ツリーを使った説明

(ヒューマン・チェーン・ツリーを参照)

- ① まず誰(YOU)でも毎日最低2人(1層)と会うと仮定する。
- ② 1層のこの2人も同じく毎日最低2人(2層)と会うと仮定する。
- ③ そうするとYOUは計算上5日目には62人の人と間接的に接触をしていることになる。
- ④ つまりもしYOUが感染すると、5日目には62人に感染をさせる可能性がある。
- ⑤ 逆に5層の見知らぬ人の誰かが感染(●)すると、④と逆の立場になり、チェーンをたどれば、YOUは見知らぬ感染者からの「5層の32人の中の一人」として5日目に感染する可能性がある。
- ⑥ YOUが1日に数人あるいはもっと多人数と会うモデルを多変量解析法+数理解析モデルで分析した結果が、「他人との接触8割減」だけが、感染蔓延に歯止めをかけられる唯一の方法なのである。
たとえYOUが山間地の館岩に住んでいても、どこかYOUが知らないところに居る、YOUが名前も知らない人(●)が感染すると、YOU貴方も感染する危険性があるということである。
- ⑦ YOUが人・人感染を切れる場所は1層の人だけだから「他人との接触8割減の要請」となったわけである。

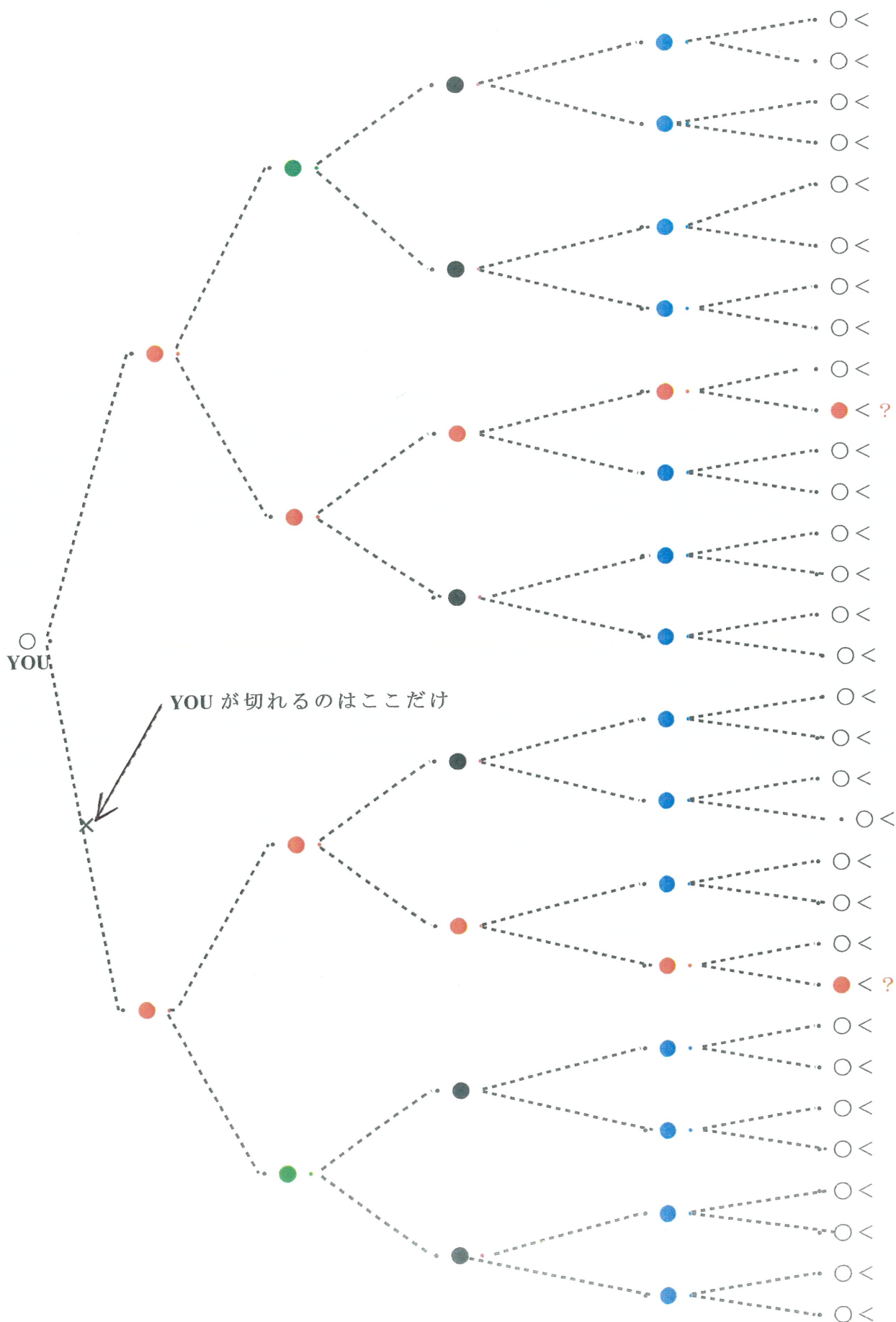
2020.04.15 改訂

文責

たていわまたき
館岩愛輝診療所 山田仁

★ヒューマン・チェーン・ツリー★

1層 (2名) 2層 (4名) 3層 (8名) 4層 (16名) 5層 (32名)



＝参考文献＝

マスク再生法・消毒液作成法

●アメリカ国立衛生研究所(NIH) Dr. ニルチュ・ファン・ドゥーラマーレン

●ロッキー・マウンテン研究所 新型コロナウイルス研究チーム

「New England Journal of Medicine」

- ①せきの飛沫で空中拡散した新型コロナウイルスは、最長で3時間生存できる。また、1～5マイクロメートル(人間の髪の毛の幅の30分の1)ほどの細かい飛まつは、空気中に数時間とどまる。
- ②段ボールに付着した新型コロナウイルスは最大24時間、プラスチックやステンレスの表面では2～3日間生存する。
- ③新型コロナウイルスは銅の表面では約4時間で死滅する。
- ④新型コロナウイルスの最も簡単で手早い消滅手段は、62～71%のアルコールや過酸化水素0.5%が含まれる漂白剤、0.1%の次亜塩素酸ナトリウムが含まれる家庭用漂白剤で表面を消毒すれば、新型コロナウイルスは1分以内に不活性化する。
- ⑤感染者のせきの飛沫にどれくらいのウイルスが含まれているか、データはない。しかしインフルエンザウイルスの研究によると、小さな飛沫でも数万個のウイルスを含む可能性がある。
- ⑥服など消毒しにくいものの表面で、新型コロナウイルスがいつまで生存するかは分かっていない。
- ⑥新型コロナウイルスは20℃台よりも、6℃で30倍生きるとされている。つまり、6℃の寒いところで生き延びても、20℃台では30分の1の時間しか生きられない。
- ⑦国立バイオテクノロジー情報センター(NCBI)の研究結果では新型コロナウイルスは4℃で長時間安定が続き、室温や37℃では少なくとも2時間、56℃、67℃、75℃の温度だとそれぞれ、90分、60分、30分で不活化された。つまり**新型コロナウイルスも、熱(高温)にも弱いことは確実である。**
- ⑦寒いときにマスクをしていない状態では、喉や鼻の粘膜は相当低温になる。N95マスクでSARSの発病を約5分の1にできたが、普通のマスクでも発病を3分の1にできている。(コ克蘭の研究より)
普通のマスクは、飛沫を完全に防ぐことは出来ないが、これだけ予防できているのは、ウイルスを吸い込むのを防ぐ効果よりも、喉を温めて、ウイルスが増殖するのを防ぐ働きのほうが大きいと考えられる。
- ⑧ 感染して、熱が出ると、患者もつらいが、ウイルスはもっとつらく、早く死滅する。
(※よって解熱剤やステロイドで熱を下げるのは、きわめて危険である。)

マスク再生法・消毒液作成法

●1. 消毒液の材料

- a. 次亜塩素酸ナトリウム(市販されている塩素系漂白剤(濃度5パーセント))
(ハイター、ブリーチ、ピューラックス等)
- b. 水道水
- c. 洗面器
- d. ペットボトル(大瓶2リットル)

●2. 作り方: マスク再生用とドアノブ、手すりなどの消毒液

(0.1パーセント濃度液の作り方)

- ①2リットルペットボトル分の水道水を、洗面器に入れる
- ②2リットルの水道水に
塩素系漂白剤を40ml(ペットボトルのキャップ8杯分)を入れる
- A: 普通のマスク(サージカルマスク=ポリプロピレン不織布マスクなど)の場合
 - ③洗面器水にマスクを浸す(約5分)
 - ④流水にてマスクを洗淨
 - ⑤マスクを乾燥させて使用(4~5回使用可)
- B: ガーゼマスクの場合
 - ③洗面器水にガーゼマスク浸す(約5分)
 - ④流水にてマスクを洗淨
 - ⑤マスクを水切り後、
 - ⑥マスクを洗濯用ネットにに入れて洗濯機で洗濯
 - ⑦選択後乾いていないマスクをポリ袋に入れて電子レンジで加熱(約5分)
 - ⑧マスクを乾燥させて使用(ほぼ1年以上使用可)

* マスクの輸入が無い現状打開策策として

アベノマスクは最も有効である！！

(注意) 上記は製品濃度5パーセントの場合。製品の濃度をもとに、薄めて作成すること。

** 次亜塩素酸ナトリウム消毒液使用の際の注意事項

- ・手荒れの可能性があるため、直接触れないように使用する。
- ・消毒作業以外には使用しない。
- ・酸性の液体と混ぜると有害なガスが発生する危険ある。
- ・金属部位に使用する場合は、劣化する可能性があるため、10分程度経ったら必ず水拭きをする。
- ・スプレーボトルでの噴霧は、ウィルス飛散の可能性があるため、好ましくない。
- ・目の中に入った場合は、直ちに水で洗い流す。
- ・製品に記載してある「使用上の注意」をよく読んで使用する。

2020/04/15 改訂 文責 館岩愛輝診療所 山田仁