

日刊ゲンダイヘルスケア > 新着記事 > 記事

新型コロナ第6波をどう過ごすか

感染リスクは正しい予防習慣を身につければ抑えられる

公開日:2022年03月08日 更新日:2022年03月08日 バックナンバー



写真はイメージ（C）日刊ゲンダイ

今月6日に期限を迎えた31都道府県のまん延防止等重点措置。政府は東京など18都道府県で今月21日まで延長し、福岡など13の県は解除した。

新型コロナ禍の暮らしあり今年で3年目。ワクチンを打っても感染する、もう感染予防に縛られる生活はうんざり、そう考えている人も多いのではないか。しかし、「完全に予防はできないものの、そのリスクは生活習慣によって下げられる」と言うのは、公衆衛生医の岩室紳也医師だ。

「感染力が強く、エアロゾルで感染するステルスオミクロン株が従来のオミクロン株に取って代われば感染者が増える、この変異株はワクチンでも防げないかもしれない、などといわれています。しかし私はそうは思いません。新型コロナはある意味、生活習慣病であり、正しい感染予防習慣を身につけている人は、感染確率が低くなると考えます」

実際、岩室医師の知人の娘が保育園で新型コロナウイルス感染症をもらってきたが、家族は誰も感染しなかったという。岩室医師はその理由を日頃から感染予防の基本を守ったからだと考えているという。エアロゾル感染を防ぐためエアコンをつけたまま窓を少し開けて空気の拡散、移動と排出に努めたり、食事の直前の手洗い、料理の小分けを徹底したと聞いたからだ。

1 2 3 次へ

1 / 3 ページ

B! Twitter シェア LINE



コロナ感染で
精巣痛…精子

① 2022年03月
01日



編集部オススメ

1 コロナ陽性家族と同居…家庭内感染を防ぐために実践

新型コロナ第6波をどう過ごすか

感染リスクは正しい予防習慣を身につければ抑えられる

公開日:2022年03月08日 更新日:2022年03月08日 バックナンバー



写真はイメージ（C）日刊ゲンダイ

「この知人の話によると、娘さんが通う保育園では家族全員が新型コロナに感染したケース多かったそうです。すべての教室にサーキュレーターを入れ、窓を少し開けた状態でエアコンを稼働し空気の流れをつくるなど感染予防に励んだ中学校ではオミクロン株の感染は少なかったと聞いています」

飛沫は不織布マスク着用か2メートル離れる、エアロゾルは空気の流れをつくり排気する、手を清潔にする、料理に飛沫をかけない。岩室医師はこうした基本を徹底すれば感染は少なくなるという。

「大事なことは感染予防の意識を持ち続け、できることを積み重ねることです。もちろん、ついうっかりもあり感染をゼロにはできませんが、リスクは確実に低下する。実はこうした生活習慣の積み重ねはこれから生き延びるために必要で、いまがその習慣を身につけるチャンスです。ご存じの通り、重症急性呼吸器症候群（SARS）、中東呼吸器症候群（MERS）、そして新型コロナと新たな感染症の登場のサイクルはどんどん短くなっています。この先も感染症が出現するのは間違いません。しかし、感染症対策の基本は同じですから、いまのうちから感染対策につながる生活習慣を身につけておくことが大切なのです」

前へ 1 2 3 次へ

2 / 3 ページ

B! Twitter シェア LINE



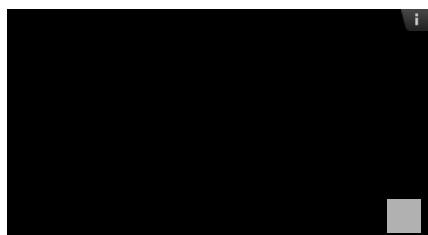
コロナ感染で
精巣痛…精子
① 2022年03月
01日

アクセスランキング 週間

-  1 男子バレー藤井直伸選手は30歳で…スキルズ胃がん
① 2022年3月5日
-  2 緑内障は「40歳以上の20人に1人」が該当、9割は
① 2022年3月8日
-  3 LOUDNESSドラマー鈴木政行さん 脳梗塞から奇跡
① 2022年3月7日
-  4 花粉症だと思ったらオミクロン株…流行中の対策
① 2022年2月22日
-  5 感染リスクは正しい予防習慣を身につければ抑えられ
① 2022年3月8日

AD なぜ世界的に有名なギタリストは、一人でJ-POPに乗
AD (リクルート on Meet Recr...)

① 続きを見る



編集部オススメ

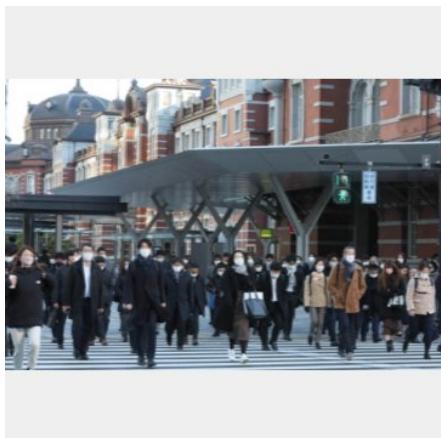
- 1 コロナ陽性家族と同居…家庭内感染を防ぐために実践

日刊ゲンダイヘルスケア > 新着記事 > 記事

新型コロナ第6波をどう過ごすか

感染リスクは正しい予防習慣を身につければ抑えられる

公開日:2022年03月08日 更新日:2022年03月08日 バックナンバー



写真はイメージ（C）日刊ゲンダイ

多くの人は新型コロナ対策にはマスクや手洗い、ソーシャルディスタンスしかない、新型コロナが収束すれば必要ないもの、やりたくないもの、と考えている。しかし、それは間違いで人類が進化するための新たな生活習慣の習得が必要と考えるべきだという。

「人類が一夫一妻制になったのも性感染症から身を守るためだといわれていますし、新型コロナもキスでうつります。日本人が握手やハグをせずにおじぎをするのも感染症対策だという見方もあります。今回の新型コロナ感染症は人類が感染症から身を守るために新たな生活習慣を身につけるチャンスだと考え、継続する意識を持つべきだと思います」

感染症対策を意識なくできるようになるまで徹底することが大切だ。

前へ 1 2 3

3 / 3 ページ



コロナ感染で
精巣痛…精子
① 2022年03月
01日

アクセスランキング 週間



1 男子バレー藤井直伸選手は
30歳で…スキルズ胃がん

① 2022年3月5日



2 緑内障は「40歳以上の20
人に1人」が該当、9割は

① 2022年3月8日



3 LOUDNESSドラマー鈴木
政行さん 脳梗塞から奇跡

① 2022年3月7日



4 花粉症だと思ったらオミク
ロン株… 流行中の対策

① 2022年2月22日



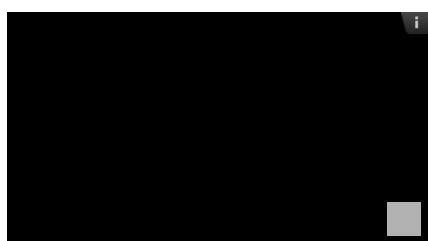
5 感染リスクは正しい予防習
慣を身につければ抑えられ

① 2022年3月8日

AD ポルボ「1day無料モニタ
ープレゼント」毎週100名

AD (ポルボ・カー・ジャパン)

① 続きを見る



編集部オススメ

1 コロナ陽性家族と同居…家
庭内感染を防ぐために実践

関連記事

[コロナ陽性家族と同居…家庭内感染を防ぐために実践した8つのこと](#)