



FOP 患者家族のコロナウイルス (COVID-19) 予防策 2020 年 3 月 26 日

コロナウイルス (COVID-19) の拡大が急速かつ継続している状況に鑑み、ICC は FOP 患者、家族、介護者に対し、以下の情報と推奨を更新します。FOP 患者は COVID-19 で重症化する危険性が高く、**感染を予防し他者との接触を避ける**ことが最も重要です。プレドニゾンや他の免疫抑制薬の服用はこのリスクを高める可能性があります。

これらの推奨は急速に変化しつつあり、国により特有なものです。

- 地域の保健当局の勧告に従ってください。 (*)
- 世界保健機構(WHO) は [ここ](#) をクリックして下さい。
- アメリカ疾病予防管理センター(CDC)は [ここ](#) をクリックして下さい。

* 訳者注：日本では厚生労働省のホームページを参照してください。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

COVID-19 とは？

これは新しいタイプのコロナウイルスで、あなたの肺や気管に影響します。COVID-19 の最も多い症状は発熱、疲労感、乾いた咳です。患者によっては、息切れ、痛み、鼻づまり、鼻水、喉の痛み、下痢を呈します。一部の患者では重症化し、生命に関わります。われわれは依然としてこの新しいウイルスについて知識を蓄積しているところです。

どのように広がる？

ウイルスを持つ他人から感染します。COVID-19 の感染者が咳をしたり息を吐く時に鼻や口から広がる小さな飛沫を通じ、人から人へ感染します。

COVID-19 の感染者は、**症状がないかわずかな症状しかないにもかかわらず感染を広げる可能性があります。**

COVID-19 の飛沫は**物体や床に落下し、数日間留まります。**他人がこれらの物体や床に触れた後、目や鼻、口に触れることによって、COVID-19 に感染します。

次に示すガイドラインは FOP 患者や家族に特に重要なものです。

- 家に留まり、絶対必要な場合を除き外部の訪問者を避けて下さい。

- 外出や訪問者への対応が必要な場合は、フェイスマスク、手袋、眼鏡で自分自信を防御することを勧めます。
- 治験に参加している場合には、個別の対応について担当医療機関と相談することになります。
- 手を石鹸水で、**少なくとも 20 秒間**洗って下さい。
- 介助や世話をする人にも、あなたに触れる前に、手を石鹸水で**少なくとも 20 秒間**洗ってもらって下さい。正しい手洗いの方法は、次を参照して下さい。
<https://twitter.com/SinghLions/status/1240686550939136003>
- NSAIDs（非ステロイド性消炎鎮痛薬）と ACEi（アンギオテンシン変換酵素阻害剤、**#**）、ARB（アンギオテンシン受容体拮抗薬、**#**）が COVID-19 感染のリスクや病状の重症度を高めるという懸念は、発展段階にあるもので不明確です。これらの薬剤を中止するあるいは開始する際には、自身の医療機関にコンタクトを取って下さい。発熱に対してイブプロフェンの代わりにアセトアミノフェン／パラセタモールを服用することは考えられますが、最も重要なのは、**感染を防ぎ、他者との接触を避けること**です。

訳者注：いずれも高血圧の治療に用いる薬

全般的な推奨項目:

- 自分の目、鼻、口に触れるのを避けて下さい。
- 公共の場所で人が良く触れる表面（エレベーターのボタン、取っ手、手すり、握手など）を避けて下さい。何かに触れなければならない時は、ティッシュペーパーや袖で手や指を覆って下さい。
- 公共の場所で何かに触れた後には、手を洗って下さい。
- 咳やくしゃみをする時はティッシュペーパーを用い、それをゴミ箱に投げ捨てて下さい。
- 他人との連絡には、電話か電子メールを用いて下さい。体調が悪くなったら、友人、家族、隣人、地域の医療従事者に援助を求める必要があります。
- iPad、スマートフォン、ノートパソコンなどよく触れるものの表面を、一般的な家庭用クリーニングスプレーやタオルを用いて拭いたり消毒して下さい。
- よく休み、十分に水分をとり、他者との接触を避けて下さい。

感染の可能性に備えて次のステップを踏みましょう:

- 地域で COVID-19 のアウトブレイクが起き、長期間にわたり自宅にとどまる必要がある場合、自身の医療機関にコンタクトを取り、定期的な処方薬を余分に得て手元に置いておくことについて問い合わせて下さい。
- 発熱や他の症状に対応するために、市販薬や生活用品（ティッシュペーパーなど）を確保して下さい。ほとんどの人は自宅で COVID-19 から回復できるでしょう。
- 長期間に渡り自宅で過ごす準備のため、十分な家庭用品や食料品を手元に確保して下さい。
- 呼吸に関する懸念や気道管理に関する疑問に関しては、こちらへコンタクトを取って下さい（\$）:

Zvi Grunwald, M.D.
The James D. Wentzler Professor and Chairman Emeritus
 Department of Anesthesiology
 Thomas Jefferson University
 Philadelphia, PA, USA

Tel: 215-955-6161
Cell: 215-206-7362
Fax: 215-923-5507
Email: zvi.grunwald@jefferson.edu

\$ 訳者注 : Zvi Grunwald 氏は米国の麻酔科医です。まずは主治医と相談することをお勧めします。

これらの推奨は急速に変化しています。定期的にアップデートするように全力を尽くします。

訳者注 : この資料は、**FOP** の診療に携わる専門家の国際的な組織である **ICC on FOP** (International Clinical Council on FOP) が作成したものを、東京大学リハビリテーション科の芳賀信彦が翻訳したものです。この翻訳の正確性については、**ICC on FOP** が保証するものではありません。