



## FOP 患者家族のコロナウイルス（COVID-19）予防策 2020年7月17日

コロナウイルス（COVID-19）のパンデミックが続き、世界中の人々を大きな危険にさらしています。世界の一部ではいくつかの制限が解除されていますが、ICCはFOP患者に対し、COVID-19の感染を予防するための厳格な予防手段を遵守し続けることを推奨します。

FOP患者はCOVID-19で重症化する危険性が高いです。

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。

- リスクの高い患者（免疫抑制など）に対する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](#)をクリックしてください。
- アメリカ疾病予防管理センター(CDC)は[ここ](#)をクリックしてください。

\* 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](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、乾いた咳、疲労感です。患者によっては、息切れ、痛み、味覚や嗅覚の消失、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。COVID-19を防ぐワクチンは現時点ではありません。これを防ぐ最善の方法は、このウイルスへの曝露を避けることです。

### COVID-19の検査を受けるべき？

- COVID-19を疑わせる症状があれば、検査を受けるかについて地域の医療提供者にコンタクトを取ってください。
- われわれは、症状があればあなたと介護者がCOVID-19の検査を受けることを勧めます。
- われわれの知る限り、COVID-19検査の鼻腔スワブでフレアアップを生じたFOP患者はいません。

## 仕事／学校に戻るべき？

- あなたが仕事などに戻る時期や安全性について話し合うために、地域の医療提供者や雇用者／学校に会おうとすることを勧めます。いくつかの要素を考慮する必要があります（あなたの健康状態と服薬状況、地域の COVID-19 の状況、職場や学校の環境、移動手段など）。
- ソーシャルディスタンスを取り、マスクを着け、頻回に手指衛生を行い続ける必要があります。大きな会合や屋内イベントは避けることを勧めます。

## 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 は非常に伝染性が高いです。COVID-19 の感染者が咳・くしゃみをしたリしゃべる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 の罹患を防ぐには？

- **FOP 患者と家族・介護者はウイルスへの曝露を避けるべきです。**
- 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衛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。
- 手を石鹼水で、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、手を石鹼水で少なくとも **20 秒間**洗ってもらって下さい。
- **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。

マスクをする目的は何ですか？

- 布マスクやサージカルマスクは、COVID-19の蔓延を防ぐ効果がありますが、あなたが感染するのを必ずしも防ぐことはできません。すなわちマスクをしている人は、周囲の人を守っているのです。ソーシャルディスタンスを保ち、周囲の人がマスクをしている状況を確保することが重要です。

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](mailto: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。

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。