

1. 感染者の経過観察、治療について

オミクロン株が流行の主流の現在、子どもや比較的若い年齢の成人の感染者の大多数は軽症であり、ほとんどのケースは自宅療養にて軽快していきます。

感染者の経過観察は当院で主に電話にておこないます。電話にて状態の悪化の可能性があると考えられた場合は対面診療をおこなうことがあります。15時までに連絡が入らない場合、ご連絡ください。

保健所からの電話連絡は重症化リスクの高い方のみに変わりました。当院で診断される方は通常保健所からの電話連絡はありません。自宅療養の期間についてなど不明な点がある場合に保健所へ問い合わせをすることは可能です。

2. 感染者の治療について

解熱剤や鎮咳剤など、症状を和らげる対症療法のお薬を診断時に処方します。高齢者や12歳以上の方で持病がある場合、コロナ治療薬の対象となる可能性があります。

3. 感染者の自宅療養期間について

発症日の翌日から丸10日間です。ただし7日以上症状が続く場合は症状が治まってから3日間から症状が治まるまでは自宅療養を続ける必要があります。自宅療養期間が終われば、家族の感染状況に関わらず登校することは可能です。自宅療養期間について不明な点があれば当院にご相談いただくか、管轄の保健所にご相談ください。

4. これからおこなって頂くこと

- ① ご家族に連絡してください。
- ② 学校や園、託児所などに連絡してください。
- ③ 陽性の診断となった方が濃厚接触となる可能性のある方に連絡してください。
症状がでる2日前から「マスクをきちんと着用せず1m程度の距離で15分滞在する」場合と「同居または長時間の接触があった」場合、濃厚接触となります。
- ④ 濃厚接触に当たらなくても、子どもの場合マスクをきちんと着用できていない可能性があるため、特に屋内で接触の可能性があった方には連絡をしておいた方がいいでしょう。

4. 感染者のご家族について

ほとんどの場合、同居のご家族は全員濃厚接触者に該当します。濃厚接触者は定められた期間を自宅で療養する必要があります。

5. 感染者のご家族の濃厚接触者の自宅療養期間について

十分な感染対策をおこなっている家庭内濃厚接触者の自宅療養期間は最終接触日の翌日から丸5日間(令和4年7月22日から7→5日に短縮)です。十分な感染対策をせず、感染者と一緒に生活するご家族

の方は約 15 日間の自宅療養となります。(感染者の自宅療養期間の 10 日間+濃厚接触者の自宅療養期間の 5 日間)十分な感染対策とは部屋の換気、マスクの使用、必要に応じた手洗いや消毒が含まれます。

ご家族の方が新たにコロナ感染者と診断されると、まだ感染していない家族の自宅療養期間は原則としてリセットされ 0 日から数え直しとなります。抗原検査を用いることで自宅療養期間が短縮されることがあります。家族の人数が多い場合複雑ですので、不明な点があれば管轄の保健所にご質問ください。

6. 無症状のご家族の濃厚接触者への検査について

無症状の濃厚接触者のコロナ検査は当院においては原則として行いません。

7. 当院で新型コロナウイルス感染症と診断された方の家族に何か症状が出た場合、どうすればいいですか？

子どもさんの場合は、まずは当院に連絡してください。症状で一番大切なのは発熱ですが、のどが痛い、咳、鼻水、下痢、腹痛などが初期症状の場合もあります。大人の方の場合原則として内科受診をお勧めしています。

8. 子どものいるご家庭で新型コロナウイルス感染者発生した場合の考え方

① 子どものコロナ感染症は軽症の場合が多く、心理的ケアが重要です。

(ア)未就学児はストレスをため込むことは比較的少ないですが、親がストレスをため込まないよう気を付けましょう。

(イ)小学生以上はストレスをため込むことがあるので注意しましょう。

(ウ)子どもたちには責任がないことを伝えましょう

- ① 子ども(特に園の年長～小学生)はコロナ感染をしたことで、とても悪いことをしたと自責の念にとられる事があります。誰が悪いということではないことを伝えてあげてください。

(エ)夜間等の散歩のススメ

- ① 子どものいる家庭での自宅療養のストレスは想像以上に強いものです。特に自宅から一歩も出ない生活はストレスをため込む可能性があるので避けましょう。体調がある程度回復すれば 1 日 1 回は散歩をすることをお勧めします。なるべく人目につかない方がいいでしょう。人との接触は避けてください。屋内施設に行くことは慎んでください。

② 子どもが感染した場合の隔離の考え方

(ア)オミクロン株は感染力が大変強いので、十分な感染対策をしないと家庭内感染を防ぐことは難しいですが、あまり厳しい対応を子どもにおこなうと子どもが追い込まれる事があります。

(イ)10 歳未満の子どもが感染した場合

- ① 少なくとも保護者の 1 人は一緒に生活をしましょう。兄弟がいて、両親がいるご家庭の場合以下の 3 つの選択肢が考えられます。一長一短があります。数日以内の家族の接触状況、仕事等の都合、家の間取りを含めてご家族で選んでください。

例 1：感染した子どもと母、感染していない子どもと父と一緒に過ごす

例2：母と感染した子どもとその兄弟と一緒に生活し、父を個室隔離する

例3：家族全体で過ごし、隔離は行わない

例1は生活への影響が少ないが、子ども同士は距離が近いので、兄弟間で感染が既に成立して、隔離後に発症し、最終的に家族全員感染する場合もある

例2の場合、父の感染リスクが一番小さくなる。

例3、家族内で感染する可能性が高くなるが、同時期に感染すると自宅療養期間は短く済む。

(ウ)10歳以上の子どもが感染した場合

- ① 個室がある場合、ある程度の個室隔離は可能ですが、子どもの安全やストレス状態の観察を十分にするようにしてください。

③ 軽症が多い子どもであってもコロナ感染症のために体の状態が悪化したり、対症療法以外の治療が必要になることがあります。

(ア)流行しているコロナウイルスが B.A.5 が中心になってから、発熱しやすくなり、ぐったりしたり、悪心（気持ち悪い）などから十分に飲み食べができないケースが増えています。

(イ)脱水予防のため、下記記事の参考に早め早めに必要な水分を補給してください。8歳未満の子どもは低血糖をおこすことがあるので、カロリーのある飲み物、食べ物も早めに補給するようにしてください。

(ウ)水分、食事の摂取状況に注意をして、十分に取れない場合は相談してください。呼吸状態や全身状態も十分に観察してください。発熱が続く間は体重もできれば毎日測定するとよいです。

脱水予防について（胃腸かぜのときの水分や食事の与え方のプリントの抜粋）

吐き気は24時間～36時間以内におさまることが多く、少しずつでも吐かせずに水分補給できれば点滴を回避できます。

ステップ1：吐き気が強い（3回以上嘔吐があるなど）ときは数時間（3～4時間）絶飲食としましょう。手持ちがあれば吐き気止めの座薬などを使ってもいいでしょう。

ステップ2：吐き気がしばらく落ち着いたら少量の水分をこまめに与えましょう。

目安 1時間あたり（乳児：30ml、幼児 40-50ml、小学校低学年 60～90ml）

3回以上に分けて飲ませましょう。

吐き気が強い場合は1回量をより少なくしましょう。（5ml:ペットボトルのフタが目安）

ステップ3：1回に与える量を増やしましょう

目安 1回につき（乳児：30～50ml、幼児 40～60ml、小学校低学年 50～100ml）

30分から1時間に1回

ステップ4：欲しいだけ水分を与えましょう。また、消化のよい食べ物を少量から、こまめに与えましょう。脂っこくなければおかしでもかまいません。乳児であれば母乳やミルクを少なめの量から開始しましょう（普段の1/4～1/3量くらいから開始）。

2022/8/17

さかたこどもクリニック

坂田 顕文