

新型コロナウイルス新規陽性者（疑いを含む）の在宅療養における留意点

新型コロナウイルス新規陽性者に対しては法律に基づいて、医療機関への入院、もしくはホテル等での療養が原則となるが、新型コロナウイルス感染症の急速な拡大を考慮すると、これらの対応が困難になる事態が予想される。そのような際に新型コロナウイルス新規陽性者であっても無症状、あるいは軽症と判断された場合には、やむなく在宅での療養が選択される場合も想定される。また、在宅や高齢者施設で医療、療養、あるいは介護を受けている場合であっても、上記のような状況や対象者における様々な事情で、在宅での療養が選択される場合も起こりえる。

在宅での療養では、本人の自覚症状やバイタルサインを含めた身体所見や体調変化の把握、症状が悪化した場合などでは迅速で適切な対応がなされるべきであるが、同時に介護者や同居人への感染拡大を防止する必要がある。

このような状況を踏まえ一般社団法人日本在宅救急医学会は新型コロナウイルス新規陽性者が在宅や高齢者施設等で療養する際の最も基本的な対応を整理し、留意点としてまとめたので以下に示すこととした。

I. 日常生活が自立している場合（在宅医療や介護、ケアを受けていない場合）

● 日常生活の留意点

体調管理を行いつつ、感染拡大防止のために、他人との直接的な接触を極力避けることを前提とする。

1. 安静、適切な水分補給と睡眠をとる。
2. 外出はしない（独居の場合等で、止むを得ない場合はマスクを着用し、人ごみを避け、感染拡大に十分留意して、早急に帰宅する。公共交通機関は利用しない。）。
3. 可能であれば換気ができる個室で過ごし、同居人との直接的な接触を可能な限り避ける。
4. 食品や食器、タオル、寝具など家庭内で共有する可能性があるものは、可能な限り占有とする。使用後は石鹸と流水で十分洗浄する。使い捨ての場合でも、可能であれば流水で洗浄した後にそれらを密閉したビニール袋を用いて破棄する。なお、衣類、タオル等は通常の洗濯や洗浄でよい。
5. 多くの人が触れるドアノブ（玄関、浴室、トイレなど）、キーボード、タブレット、受話器、テーブル、便座等々を常に清潔にする。これらの表面には血液、体液、便が付着しないように常に清潔にしておく。そのために、アルコール消毒薬、あるいは濃度 0.05%に調整した次亜塩素酸ナトリウムを使用し、上記の消毒をする。

6. ペット等の動物に触れない。
7. 手洗いは石鹼と流水でこまめに、20 秒以上かけて行う。石鹼と流水での手洗いができない場合は、アルコール消毒薬で掌、手背、手関節部まで消毒薬が乾燥するまでしっかりと擦って消毒する。
8. 手洗いをしていない手で目、鼻や口を触らない
9. 咳やくしゃみの時は、ティッシュで鼻や口を覆う。使用したティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨てる。
10. 高齢者、呼吸器疾患や循環器疾患等の疾患を有する者、及び同居者にそのような状態のものがいる場合は特に注意する。

- 医療機関への連絡

1. 体調が悪化したら（例えば、頻回の咳、増悪する倦怠感、胸痛、発熱など）、あらかじめ指定されている医療機関等に連絡する（連絡先はあらかじめ確認しておく）。
2. 呼吸が困難になった場合は早急な対応をする。
3. 医療機関を受診するときにはマスクを着用する。

II. 在宅医療や介護、ケアを受けている場合

在宅医療や介護、ケアを受けているコロナウイルス新規陽性者は法律に基づいて医療機関へ入院となるが、日本在宅ケアアライアンス「新型コロナウイルス感染防止及び感染の疑いがある場合等の在宅ケアサービス提供者の対応について（指針）」（2020年4月22日）で示されたような場合、すなわち「在宅療養者が入院を希望せず（PCR検査を希望せず、疑い症例を含む）、家族も希望しない場合」に「保健所と相談しながら、利用者、同居家族、サービス提供者ともに、標準予防策に加えて飛沫および接触予防策を徹底しながら医療介護を提供する」ようなケースも今後は想定される。そのような場合、本人への対応はもちろん、介護者、ケアを担当する人や同居人などへの感染拡大防止が重要となる。

そのために、上記「I」に加えて以下の対応が必要となる。すなわち、介護者、ケアを担当する人や同居人などが感染予防と制御に必要な知識を備えることが必要である。具体的な対応に関しては「在宅医療と介護における COVID-19 対応の課題と 解決策、提言タスクフォース、日本医師会 COVID-19 有識者会議（<https://www.covid19-jma-medical-expert-meeting.jp/topic/2942>）」を参考にする。また、家族も濃厚接触者となり外出が困難となる状況が発生するため、家族を含めた生活支援が必要となる。

- 日常生活の留意点

在宅医療や介護、ケアを受けている本人は可能な限り上記「I」を遵守する。

介護者、ケアを担当する人は（同居人なども含む）、上記「I」に加え、以下の対応を行う。

1. 感染予防のための感染防護具（マスク、ゴーグル、フェイスシールド、手袋、ガウンなど）に関する着脱の教育を受ける。
2. 介護者、ケアを担当する人も濃厚接触者となりえるため、不要不急の外出は避ける。止むを得ない時には3密を避け、感染防御（マスク等）を行いつつ、可能な限り短時間で用事を済ませる。
3. 体調が悪化したら（例えば、頻回の咳、増悪する倦怠感、胸痛、発熱など）、あらかじめ指定されている医療機関、主治医等に連絡する（連絡先はあらかじめ確認しておく）。

なお、上記「1」～「3」のような対応を支援するために、医療機関、行政等々からの必要な支援や連携が必須となり、そのための体制構築をする必要がある。

。

参考

1. 新型コロナウイルス感染症への対応について（在宅介護家族の皆さまへ）、厚生労働省
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/index_00019.html#Q4
2. 在宅ケアにおける新型コロナウイルス感染対策について（行動方針）
<https://www.jhhca.jp/covid19/200422action-policy/>
3. 在宅医療と介護における COVID-19 対応の課題と 解決策、提言タスクフォース、日本医師会 COVID-19 有識者会議
<https://www.covid19-jma-medical-expert-meeting.jp/topic/2942>
4. Caring for Someone Sick at Home, Centers for disease Control and Prevention
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/care-for-someone.html>
5. エンド・オブ・ライフに関する提言・見解
<https://www.jpn-geriat-soc.or.jp/proposal/index.html>