

# 新型コロナから自分を守る3原則

1、しっかり手洗いをする

2、顔はできるだけ触らない

3、人混みに近づかない

世界保健機関(WHO)の勧告より

【AFP=時事】新型コロナウイルスの予防策としてマスクや手袋を着用することについて、専門家が3月17日、大半の人にとっては**効果がなく不必要**であると指摘した。さらに、**使い方によっては感染をより速く拡散させる恐れ**すらあるという。

## ■マスクの汚染

マスクをめぐるのは、いくつかの問題があると専門家は指摘している。

- ①一般的なマスクではウイルスは簡単に通過する
- ②マスクの位置を調整するために手で触れるとマスクが汚染される

## ■手袋の問題

顔に触れるのを止められないなら、手袋は何の役にも立たない  
手袋は手洗いの代わりにはならない  
(米ジョンズ・ホプキンス大学 Amesh Adalja 氏談)

※人々が顔に触れる回数は1時間に平均20回以上という研究がある

もしマスクを着用する場合には、  
最初に入念に手を洗い、  
マスクの気密性を確保し、  
いったん着用したら触れないようにすること (公式の勧告)

自分自身や看護対象者に感染の疑いがある場合は、公の場での防護マスク着用が望ましい。また、手術用手袋は医療機関内でのみ使用するべきと Amesh Adalja 談

正田歯科医院 院長 正田農夫