

## 新型コロナウイルス (COVID-19)に関わるコミュニティ (地域)、在宅ケア、および医療現場でのマスク使用に関するアドバイス

暫定ガイダンス

2020年3月19日 改訂版

原文 (英語) :

**Advice on the use of masks in the community, during home care, and in health care settings in the context of COVID-19**

**Interim guidance**

**19 March 2020**

[https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)-outbreak](https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak)

---

### 【背景】

本書は、COVID-19 のアウトブレイクが報告されている地域における、地域、家庭および医療現場での医療用マスクの使用に関する迅速な助言を行うものである。本書は、公衆衛生関係者、感染予防と制御 (IPC) の専門家、医療施設の管理者および医療従事者、地域の保健医療従事者に向けて書かれている。本書は、より多くのデータが利用可能になり次第、改訂・更新する予定である。

現時点の最新情報では、COVID-19 のヒトからヒトへの感染経路は飛沫感染か接触感染と考えられる。呼吸器症状 (くしゃみ、咳など) を有する人と 1m 以内にいる (接近する) あらゆる人は、感染を起こしうる飛沫に曝露する可能性がある。

医療用マスクとは外科用または処置用のマスクを指し、平らまたはプリーツがある (カップのような形状のものもある)。医療用マスクは、後頭部で紐を結び適切な位置に固定する。

### 【一般的なアドバイス】

医療用マスクを装着することは、COVID-19 を含む呼吸器感染症の感染拡大を抑止できる予防策の一つであるが、適切な防護効果を得るには**マスクのみの使用では不十分**であり、他の手段と併用すべきである。マスクを使用する際には、手指衛生手技および COVID-19 のヒト-ヒト感染を予防するための他の感染予防と制御手段とを組み合わせなくてはならない。WHO では、COVID-19 感染が疑われる状況における、在宅ケア[1]または医療現場[2]での感染予防と制御のガイダンスを作成した。

不必要なマスクの使用は、不要なコスト、買い上げを引き起こし、手指衛生など他の必須の予防手段の怠りにつながるような誤った安全意識を生み出す。さらに、マスクを正しくない方法で使用すると、マスクの感染予防効果を減弱しかねない。

## 【地域におけるマスク使用について】

### 呼吸器症状の無い人の場合：

- 人ごみや、閉鎖された混雑した場所を避ける。
- 呼吸器症状（咳、くしゃみなど）がある人からは少なくとも1m以上の距離を保つ。
- 手洗いを頻回に行う。手指に目に見える汚れが無い場合にはアルコールでの手指消毒、手指に目に見える汚れがある場合は石けんと流水で洗う。
- 咳やくしゃみが出る際には、（腕を曲げて）肘やティッシュペーパーで鼻と口を覆う。使用後のティッシュはすぐに捨て、手指衛生手技を行う。
- 鼻や口には触れないようにする。

無症状の人におけるマスクの予防効果についてのエビデンスはないため、医療用マスクを使用する必要はない。しかし、一部の国ではその土地の文化的慣習によりマスクをつける場合もある。マスクを使用する場合には、最も適切な装着の仕方、外し方、処分の仕方およびその後の手指衛生の方法を順守すべきである。

### 呼吸器症状のある人の場合：

- 熱、咳、および呼吸困難などの症状があれば、医療用マスクを装着したうえで、できるだけ早急に医療機関を受診する。
- 下記の適切なマスク管理に関するアドバイスに従う。

## 【在宅ケアにおけるマスク使用について】

WHO は、すべての検査確定症例を隔離し、医療施設でケアすることを推奨する。WHO は、COVID-19 感染が疑われ、かつ、重篤な急性呼吸器感染症（ARI）をとともう人すべてを医療システムとの初回接触時点でトリージングし、疾患の重症度に基づいて緊急治療を開始することを推奨する。WHO は、[COVID-19 に関連する急性呼吸器感染症（ARI）患者の治療ガイドライン](#)を更新した。これには、脆弱な集団（高齢者、妊婦、子供など）に対するガイダンスが含まれている。すべての症例を医療施設で隔離することが不可能な状況では、WHO は、予後不良の可能性が最も高い患者、すなわち重度および重篤な症状の患者や、症状は軽度でも予後不良のリスクがある患者（60歳以上、または、基礎疾患を伴う症例、例えば、慢性心血管疾患、慢性呼吸器疾患、糖尿病、癌の患者）への優先順位付けを強調する。

すべての軽症例を医療施設で隔離できない場合には、症状が軽度で危険因子のない患者に対し、症状が解消し臨床検査でCOVID-19ウイルス陰性が確認されるまで滞在することができる宿泊施設、スタジアム、体育館など、従来とは異なる施設においての隔離を求める。あるいは、軽度の症状で危険因子のない患者は自宅での管理が可能である。在宅ケアを考慮する他のケースとしては、入院治療が利用できない、もしくは安全でない場合（例：医療サービスの需要を満たすことができない限られた資源とキャパシティ）などがありうる。

また在宅ケアにおける感染予防・制御に関する具体的なガイダンスを順守する必要がある。

### COVID-19 感染の疑い例で、軽度の呼吸器症状を有する患者の場合：

- 手指衛生手技を頻回に行い、肉眼で汚れがなければ、アルコールベースの速乾性擦式手指消毒剤を使い、明らかに汚れていれば、石鹸と水を使う。
- 周囲の人と少なくとも1m以上の距離を保つ。
- 医療用マスクを使用する。患者にはマスクを与え、マスクの使用に耐えられる場合は、可能な限り着用させ、毎日交換すべきである。医療用マスクに耐えられない人は、咳エチケットを厳格に適用すべき（咳やくしゃみをするときに使い捨てのティッシュで口と鼻を覆い、使用後の

- ティッシュはすぐに廃棄し、手指衛生手技を行う)である。
- ドアや窓をできるだけ開けて、居室内の換気をよくする。

**軽度の呼吸器症状を有し COVID-19 感染が疑われる患者の介護者や同居者の場合：**

- 手指衛生手技を頻回に行い、肉眼で汚れがなければ、アルコールベースの速乾性擦式手指消毒剤を使い、明らかに汚れていれば、石鹼と水を使う。
- 患者と少なくとも 1m 以上の距離を保つ。
- 患者と同じ部屋にいるときは医療用マスクをつける。
- 呼吸器分泌物によって汚染されたあらゆるもの（使い捨てティッシュなど）は使用后、直ちに廃棄し、手指衛生手技を行う。
- ドアや窓をできるだけ開けて、居室内の換気をよくする。

**【医療施設におけるマスク使用について】****呼吸器症状を有する患者の場合：**

- 施設内でトリアージやその他の待機中、および搬送中に医療用マスクを着用する。
- 感染疑いまたは感染確定者のための専用の場にいる間、医療用マスクを着用する。
- 個室に隔離されたら、マスクはつけないが、咳やくしゃみが出た場合には必ず使い捨てのティッシュで口と鼻を覆う。使い終わったティッシュは適切に処分し、すぐに手指衛生手技を行う。

**医療者の場合：**

- COVID-19 感染疑いまたは感染確定者の病室へ入室する際、医療用マスクを着用する。
- エアロゾルが発生するような、気管内挿管、非侵襲的換気、気管切開、心肺蘇生、挿管前の手動換気、気管支鏡などの手技を行う際には、アメリカ合衆国労働安全衛生研究所（NIOSH）の規格をクリアした N95 マスク、EU 標準の FFP2、またはそれと同等の規格かそれ以上の保護能力を持つ微粒子保護マスクを着用する。

**【マスクの管理について】**

医療用マスクを着用する場合には、その効果を保証し、感染拡大を避けるために、マスクを正しく使用し廃棄することが非常に重要である。

医療用マスクの正しい使用に関する以下の情報は、医療現場の実践にもとづくものである。

- マスクは鼻と口を覆うように慎重に被せ、顔とマスクの間のすき間を最小限にするようにしっかりと紐を結んで装着する。
- 使用中は、マスクに触れないようにする。
- 正しくマスクを外す。すなわちマスクの前面には触れず、紐を持って後ろから外す。
- マスクを外した後、もしくは誤って使用済のマスクに触れてしまった場合には、手指をアルコールベースの速乾性擦式手指消毒剤で消毒するか、明らかに汚れていれば、石鹼と水を使って洗う。
- マスクが湿ったら、すぐに新しい清潔で乾燥したマスクに交換する。
- 使い捨てマスクを再利用しない。
- 使い捨てマスクは使用毎に交換し、使用済のものはすぐに廃棄する。

布製（例：綿またはガーゼ）のマスクは、いかなる状況においても推奨しない。

## References / 参考文献

1. World Health Organization. [Home care for patients with COVID-19 presenting with mild symptoms and management of contacts: interim guidance](#), (accessed 29 January 2020).
2. World Health Organization. [Infection prevention and control during health care when COVID-19 is suspected: interim guidance](#), (accessed 29 January 2020).

WHO は、この暫定ガイダンスに影響を与える可能性があるあらゆる変化に対し、状況の監視を注意深く継続する。変化が生じた場合、WHO は更新版を発表する。そうでない場合、この暫定ガイダンスは発行日から2年をもって失効とする。

© World Health Organization 2020. Some rights reserved. This work is available under the [CC BY-NC-SA 3.0 IGO](#) licence.

WHO reference number: [WHO/2019-nCoV/IPC\\_Masks/2020.2](#)