

嗅覚・味覚障害と新型コロナウイルス感染について

新型コロナウイルスの感染が世界中に流行し、日本においても大都市を中心に急速に広がっています。新型コロナウイルス感染症は、発熱やせき・たん、のどの痛み、体のだるさが主な症状ですが、嗅覚（におい）や味覚（あじ）も低下することが分かり、新聞やニュースで報道されています。しかし、嗅覚や味覚の障害はインフルエンザや一般の「かぜ」でも生じることがあり、必ずしも新型コロナウイルスだけが原因ではありません。また、新型コロナウイルス感染症による嗅覚や味覚の障害は自然に治ることが多く、特効薬もありません。

新型コロナウイルス感染症が蔓延する中での急性の嗅覚・味覚の障害への対応と注意事項をまとめましたので参考にさせていただきますよう、お願いいたします。

なお、この知らせは診断や治療の進歩によって、変わることがあります。

- ① 37.5 度以上の発熱が 4 日以上続く場合や、咳、息苦しさ、だるさがあれば、お住まいの区市町村の帰国者・接触者相談センターにご相談ください。厚生労働省のホームページからも確認することができます。また、重い持病ある方やご高齢の方は 4 日を待たずに早めにご相談ください。
- ② 「におい」や「あじ」の異常を感じても、発熱や咳、息苦しさ、だるさがなければ **2 週間不要不急の外出を控えてください**。医療機関への受診も控え、体温を毎日測定し、手洗いもこまめにしてください。人と接する際にはマスクを着けて対話をしてください。
- ③ 嗅覚・味覚障害の治療は急ぐ必要はありません。自然に治ることも多いのでしばらく様子を見てください。特効薬はありませんが、2 週間経っても **他の症状なく** 嗅覚や味覚が改善しない場合は耳鼻咽喉科外来を受診してください。

あなたとあなたの周りのみなさん、家族を守るために、ご協力をお願いいたします。

自宅療養中のポイント

- ① できる限り家族との接触を避け、療養する部屋を分けましょう。
- ② 看病が必要な場合は。看病する人を限定しましょう（できるだけ1人で行うことをお勧めします）。ただし、高齢者の方、基礎疾患（糖尿病、抗がん剤や免疫抑制剤・ステロイドを服用している）を有する方、または妊娠中の女性は看病を行わないことをお勧めします。
- ③ 患者さんご家族でタオルを共有せず別のものを使うようにしましょう。
- ④ 患者さんの入浴は最後にして頂くことをお勧めします。
- ⑤ 療養する部屋から出るときはマスクをつけ、部屋を出る直前にアルコールで手指の消毒をしてください。
- ⑥ 患者さんが触った箇所（ドアノブや手すりなど）をアルコールや0.05%次亜塩素酸ナトリウムを浸した紙で拭き取り消毒し、拭き取った紙は再利用せずすぐにゴミ箱に捨てるようにしましょう。
- ⑦ 定期的に部屋の窓を開けて換気してください。（目安としては1~2時間に一度、5~10分間程度がよいです）
- ⑧ 患者さんが使った衣類やシーツを洗濯する際は、手袋とマスクをつけて洗濯物を扱い、洗濯後には十分に乾燥させましょう。
- ⑨ 患者さんが出すゴミはビニール袋等に入れ、しっかりと口を縛って密閉してから部屋の外に出してください。ゴミを扱った直後はしっかり手洗いをしましょう。
- ⑩ 療養中、外出をしないように心がけてください。