

個人・コミュニティ・政府へのガイドライン

バージョン3

Chen Shen, Yaneer Bar-Yam
ニューイングランド複雑系研究所
2020年3月2日

武漢を起源とするコロナウイルスのアウトブレイクは約20%の重症例と2%の致死率をもたらしています。典型的な潜伏期間は3日間ですが、14日間もある場合もあり、更には24日間と27日間だった報告もあります。特別な介入が行われない限り、新しい症例ではR0(基本再生産数)は約3~4、毎日50%増加するほどの高い感染率です。これが広範囲にわたるパンデミックまたは風土病(エンデミック)になると、世界中のすべての人の生活が変わってしまいます。今一番大切なことは、アウトブレイクを封じ込め、拡散を止めることです。私たちは、個人、コミュニティ、政府の行動のために以下のガイドラインを提供します。

個人およびコミュニティへのガイドライン

- ・ 自分の健康に責任を持ちつつ、高い意識と規律を持って周りの人達の健康状態への責任を分かち合ってください
- ・ 他人との触れ合いを避けましょう
- ・ 公共または共有スペースでもの表面に触れないようにしましょう
- ・ 集まりは避けましょう
- ・ 他人との直接の接触を避け、定期的に手を洗い、マスクを着用します感染している可能性のある他の人と接触する可能性がある場合はマスクを着用して下さい
- ・ 咳・くしゃみをする場合は手、衣類、布なので拡散をさけましょう
- ・ 体温、そしてその他の感染症の初期症状(咳、くしゃみ、鼻水、のどの痛み)を監視して下さい
- ・ 初期症状が見られる場合は自己隔離をして下さい
- ・ 症状が進行してしまった場合は、政府の推奨基準に従い、医療施設へ安全に移動して下さい。公共交通機関は避け、マスクを着用して下さい。
- ・ リスクの高い地域では、人との接触を避けてコミュニティのメンバーに必需品を提供して下さい。物資はドアの外に置いておくことができます
- ・ 周りの人と協力して、安全なゾーン、安全なコミュニティを作ってください。家族や友人と安全について話し合い、安全なガイドラインを共有し、誰が安全なガイドラインに従っているかを把握し、共有ポリシーを設定し、フォローアップし、お互いのニーズ、懸念、安全を確保する更なる手段を共有して下さい。
- ・ 噂などには惑わされないようにし、誤報も広めないで下さい

コミュニティと政府へのガイドライン

- ・ 感染が活発な地域や国に近い場合は、国境及び地域の境界で症状のチェックを実施して下さい
- ・ 感染のない地域はに入ってくるリスクのある個人に対しては、14日間の隔離を実施し

て下さい

- ・ リスクの高い地域では、コミュニティ内で赤外線(IR)温度計などを使った、個人用保護具(PPE)を着用してのドア・ツー・ドア・モニタリングを実施して下さい
- ・ ドア・ツー・ドア・モニタリングをするチームは、サポートを必要としている個人を特定する必要があります

政府へのガイドライン

- ・ マスク、PPE、テストキットなどの戦略的物資、そしてそれらの配布ルートを事前に確立して下さい
- ・ 感染が確認されるエリア、疑わしいエリアを特定して下さい
- ・ 感染エリアと非感染エリアの間の不必要な輸送作業を停止して下さい
- ・ 感染が確認された・疑わしい個人は、個人保護装置を含む、適切な医療リソースを備えた指定された施設に隔離して下さい
- ・ 症状をみせる個人は、タクシーを含む公共交通機関を避け、検査のできる指定の医療施設に、確立された輸送方法で移動させて下さい
- ・ 感染者の近辺にいる感染の疑いがある個人を全て隔離し検査して下さい
- ・ 市民の意識を高めて下さい：
 - ・ 典型的な症状と感染手段
 - ・ 医療施設での処置を求められるよう、高い感染率と軽度の症状を理解させる
 - ・ 手洗い、マスクの着用など、個々の衛生状態を高め、人との接触を避ける
- ・ 公の集まりを停止して下さい
- ・ 刑務所、医療・リハビリ施設、介護施設、養護施設、老人ホーム、寮、ホステルなど、人口密度の高い施設を出入りする人簿との健康状態を注意深くモニターし、リスクを回避して下さい
- ・ 感染地域での個々の責任感を高めて下さい
- ・ 日常的に頻繁に人と触れ合うグループを確立して下さい。グループに属す個人の健康状態を毎日確認することにより、感染の可能性を把握し、更なる核酸を防いで下さい。
- ・ 遠隔地とコミュニケーションを密に取り、物資の配給をして下さい
- ・ 国際的なコミュニティ、WHOと連携し、感染、感染者の移動経路、治療、予防戦略、医療器具の不足についての情報を共有して下さい
- ・ COVID-19に似た症状のもつ、非COVID-19感染者の治療を計画しておく
- ・ 感染率が高い地域では
 - ・ 礼拝場、大学、学校、会社など、接触の多い場所を閉鎖して下さい
 - ・ 人々の行動範囲を家屋内に制限し、接触をせずにサポートや生活必需品を提供する
 - ・ 初期症状やサポートのニーズを、コミュニティの協力を得て、ドア・ツー・ドアで検証して下さい