

よくある質問「これって濃厚接触？」

考え方のヒント 監修：堀 成美（港区 感染症専門アドバイザー）



発熱した学生（職員）が検査で陽性となったんですが、同じ研究室（事務室）の学生（職員）はどうしたらいいでしょう？
近くの人全員「濃厚接触者」でしょうか？
全員検査しないとダメですか？

2020年の春には、目安として「マスクなし、1mくらいの距離で、15分以上会話をしたか？」が質問項目でした。他に、換気の状態等も含めて総合的に判断しました。その後、「感染しそうな/しなさそうな状況」が調査により具体的にわかるようになりました。重要なのは、「濃厚接触者」の名前や定義にこだわりすぎず、感染の可能性がある人は一定期間、家庭でもマスクをつけるなど予防を強化することです。明らかに感染リスクがある人は、「濃厚接触」と考えて、決められた期間の対策（自宅待機含む）の協力をお願いしています。

検査は必須や義務ではなく任意です。体調不良があれば受診・相談を。



うつっていない パターン



・会話時はお互いマスク



・会話なし・少なめ

状況によって 変わるパターン



・マスクはしていたが咳やくしゃみがひどかった
・マスクを時々あごにずらしたり鼻を出していた



・果物を皆で回して食べた
・回し飲みをした
・食べ残しを同じスプーンで食べた

うつってた人が多かった パターン

近い距離でマスクなしの会話



屋外だけど近かった
換気が難しい環境だった



・キスをした
・近い距離で一緒に寝ていた（例；仮眠室）

濃厚接触かも？でも「なぜ検査は必須・義務じゃないの？」

考え方のヒント 監修：堀 成美（港区 感染症専門アドバイザー）



感染症の対策で一番大切なのは、「うつらないように工夫をする」こと。
「自宅待機」は、もしかして感染していた場合に、他の人にうつりやすい期間に会話や接触の機会を減らす効果があります。



どの検査も100%確実な結果にはなりません。あわてて検査しても早すぎて反応しない、ウイルスの量が少なくて判定できない、唾液をとる方法が間違っている等で変わってきます。
そこで「陰性だから大丈夫」という誤解で人と会ったりマスクなし会話をするとうつってしまうことがあります。結果が陰性でも陽性でも外出や会食を延期したりする方が確実です。



つまり、一定期間、自宅待機するのなら、検査は必須ではないということです。急いで仕事に復帰する必要がある業種の人（エッセンシャルワーカー）は、検査を併用することで期間を短めることができます（XXXのホームページの説明を参照）

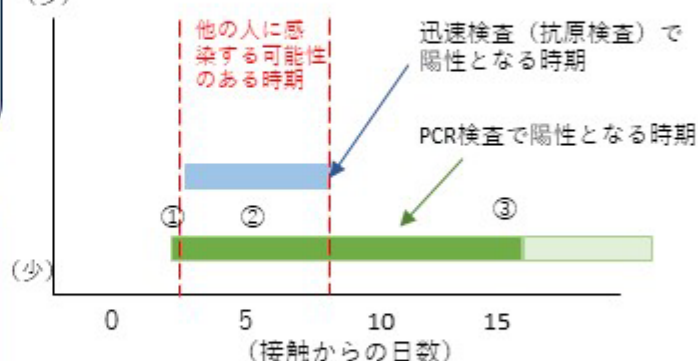


そもそも、検査は義務でも強制でもありませんので、「必ずやらないといけない」という説明をする人がいたらそれは間違いです。
個人の希望や同意が前提です。
「自宅待機」をする方は症状がない・体調に問題がなければ受診や検査は不要です。個人の希望で受けることは可能です。

【補足】PCR検査で陽性の意味

- ①感染したばかりでこれから症状が出るかも？
- ②感染していることの確認が可能
- ③気づかずにもう終わりの方で感染しない時期（終わりの方の確認検査が不要なのはこのため）

ウイルスの量
(多)



【症状がある場合】

現在流行中のオミクロン株は1-3日で元気になる人がほとんどです。症状が辛い、長く続く場合は、他の病気の可能性含めて医療機関で相談しましょう。同居などで濃厚な接触があった人は「検査なし」で診断も可能です。医療機関でのコロナの検査費用はかかりません。自己負担は初診料、その他にオプションでする検査や薬代（解熱剤など）です。