

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）対策 —成人先天性心疾患をもつ患者さんへの提言（第1報）—

一般社団法人日本成人先天性心疾患学会

2020年4月16日

新型コロナウイルス感染の拡大が続いており、みなさんも不安な日々を過ごされていると思います。このウイルス感染は症状が比較的軽い場合がある一方、基礎疾患をもつ人が感染すると重症化することも報告されています。成人先天性心疾患の患者さんは「基礎疾患」を有していますので、この感染に対して十分な注意が必要です。すでにメディアを通して多くの情報が広がっていますが、先天性心疾患のような基礎疾患を持つ患者さんがどのように対応すればいいのかについては情報が限られています。日本成人先天性心疾患学会では、成人先天性心疾患の患者さんがどのように新型コロナウイルス感染症への対策をとるべきか、現時点で患者さんへお伝えできる内容を提言としてまとめました。

残念ながら、現時点でこのウイルスに対する有効な治療法は確立していません。このため対策の基本はこのウイルスに感染しないようにする予防策が中心となります。

多くの情報が飛び交う中、多くの患者さんが自分自身の健康状態に不安を抱えられておられると思います。年に数回程度の外来受診で、現在何も内服治療を受けておられない患者さんは、受診を延期していただくことが可能です。定期的な内服加療を受けられている患者さんも、多くの場合、近くのかかりつけ医もしくはかかりつけ薬局で処方を受け取ることが可能となっています。それぞれの担当医と電話、メール等で連絡を取っていただき、対応策をご相談いただければと思います。

医療施設の方でも診療にさまざまな制限が発生してきております。心エコーなど予定されている検査、手術が延期になることがあります。ご理解とご協力をお願い致します。

日本成人先天性心疾患学会は、患者さんの健康と安心を第一に、今後も継続して情報を発信してまいります。

一般社団法人日本成人先天性心疾患学会

代表理事 赤木禎治



新型コロナウイルス感染を疑う症状は？



- ・風邪の症状や 37.5℃以上の発熱が 2 日以上続いている
- ・強いたるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある
- ・嗅覚異常（においを感じない）や味覚異常（味を感じない）がある



先天性心疾患患者が新型コロナウイルス感染に注意すべき理由と特に注意が必要な疾患とは？



新型コロナウイルスは新しいウイルスです。このウイルスは呼吸器(鼻・喉・肺)に障害を与え肺炎を引き起こすだけでなく、心臓にも影響を与える可能性があります。このため先天性心疾患患者が新型コロナウイルスに感染した場合、重症化するリスクが危惧されます。

成人先天性心疾患患者の中には、様々な疾患があり、重症度も人それぞれです。本学会は以下の条件に当てはまる患者さんは、新型コロナウイルスに対するリスクが高く、日常生活で十分な注意を払う必要があると考えます。自分が該当するかどうか心配な場合は、担当医もしくはかかりつけの医療機関に確認してみましょう。



1. 単心室もしくはフォンタン手術を受けた人
2. チアノーゼ(酸素飽和度<85%)を有する人
3. 薬物治療を必要としている心不全または心筋症の人
4. 肺高血圧症を合併している人
5. 心臓移植を予定している人、もしくは移植を受けた人
6. 肝臓、腎臓または慢性肺疾患など重要な合併症を有している人
7. ダウン症候群、22q11.2欠失症候群、無脾症候群、多脾症候群、ステロイド剤や免疫抑制剤の使用など免疫力低下のある人
8. 現在、妊娠している人
9. 大動脈縮窄が残存している人、高血圧の人



成人先天性心疾患患者が新型コロナウイルスへの感染する機会を減らすには、どのようにすればいいのでしょうか？



基本的には、病気をもたない人と気をつける点は同じです。家族や周りの方と気を付け合い、感染機会を減らしましょう。



- 石鹸や水でこまめに手を洗いましょう。アルコールやヨード系消毒剤を使用してもいいです。皮膚の弱い方は、手が荒れることがありますので必要に応じて市販のクリームでハンドケアをしてください。
- 毎日頻繁に触れるもの、他人と共有しているものの表面をきれいにし、必要に応じて消毒しましょう。具体的には、テーブル、ドアノブ、電気スイッチ、家電製品のスイッチやリモコン、車のハンドル、仕事机、携帯電話・スマートフォン、キーボード、トイレ、水道の蛇口、洗面台などがあります。家族と一緒に消毒ポイントを確認してみましょう。
- 厚生労働省の勧告に基づいて人との集まりを可能な限り避けましょう。これには学校への通学、友達と会うこと、同居していない家族との面会（帰省など）、レストランやカラオケ、多数の人が集まるショッピングセンターへ行くことなどが含まれます。
- 家族を含み他人との間にできるだけ距離（約2m）を保つようにしましょう。家庭で食事をとる場合でも、飛沫感染を防ぐため、対面を避ける、時間をずらす、食事が終わってから会話するなど、それぞれの家庭の事情に応じて可能な対策を心がけてください。
- 会話をするときは、自分もマスクをした上で、相手の方にも必ずマスクを着用してもらいましょう。
- マスクの外側にはウイルスが付着している可能性があります。着用中や外すときに手が触れた際は、必ず手洗いをしましょう。
- コップやタオルなどの個人的な家庭用品を共有しないでください。
- 子供へのスキンシップに少し気をつけてください。小児は新型コロナウイルスに感染していても症状が軽い場合があり、ご自身へ感染することがあります。
- 買い物などの外出する機会を可能な限り減らし、旅行は避けてください。
- 居住する都道府県以外のかかりつけ病院を受診する場合は、必要に応じて病院に相談して下さい。
- 病院受診時はマスクを必ず着用しましょう。
- もしもお住いの地域で新型コロナウイルス感染が流行している場合、できるだけ家の中で生活してください。家の外に出なければ、ウイルスに感染するリスクを軽減できます。
- 薬の服用がなく定期的外来通院のみをされている人は、感染が流行している間の外来予約の延期は、感染を避ける良い方法です。ホームページなどで病院の状況を確認したり、電話診察が利用できる場合は担当医に相談すると良いでしょう。
- 心エコーなど予定されている検査、手術が延期になることがあります。急を要する場合をのぞき、安定している患者さんでは検査や手術の延期をお願いされる場合があります。予定の変更についてご不安のある場合は、担当医とご相談ください。ご協力をお願い致します。



成人先天性心疾患患者が自宅待機を続ける場合、なにを注意すればいいのでしょうか？



生活が維持できることを確認しましょう。また、薬や医療機器などの残りをチェックするようにしましょう。自宅待機によるストレスとの付き合い方も大切です。



- いつも通り、処方されている薬をきちんと服用してください。体調が安定している患者さんは、医療機関や薬局に長期間の処方をお願いしてください。
- 現在多くの病院でFAX等による処方が可能となっています。医療機関の担当医と相談して、かかりつけ医もしくはかかりつけ薬局で薬をもらえるように処方箋をだしてもらってください。ただし、病気の重い患者さんやワーファリンなどを服用して定期検査が必要な患者さんは、通院が必要です。医師の指示に従ってください。
- 在宅酸素療法やそのほか個人で医療機器を使用している場合は、十分な数の消耗品を持っていることを確認し、機器の使用方法を確認してください。
- 健康な食生活を維持できる食料品を確保してください。
- 自身や家族の収入減などにより生活を続けるための家計に経済的問題がないか検討してください。
- 症状がなくても定期的に体温を測定してください。
- 厚生労働省からの情報、ニュースを定期的に確認してください。
- 普段と違う生活によるストレスとうまく付き合しましょう（次ページ）



新型コロナウイルス感染を疑う症状がもしも自分もしくは同居する家族にみられた場合はどうしたらいいのでしょうか？



- 症状が軽い場合は、自宅で安静を保ってください。症状が続く場合は、各都道府県の相談窓口にお問い合わせください。その場合、基礎疾患として先天性心疾患があり、定期的な診察を受けているなどの情報をお伝えください。
- 家族の誰かが体調を崩した場合、その人と接触しないように離れて生活してください。生活の動線が交わらないように工夫してください。
- 訪問者を制限し、他人にウイルス感染を広げる可能性を減らしましょう。
- 家庭用品を共有しないように、さらに気をつけましょう。
- 症状が悪化している場合は救急依頼をしてください。この時、基礎疾患として先天性心疾患があること、定期的な診察を受けている施設はどこであるかを伝えてください。
- 病院の受診に際して、疑わしい症状のある場合、ないし接触歴の疑わしい場合は、必要に応じて事前に電話などで病院に相談してください。
- 感染してしまった場合に、誰に何をお願いできるか考え、ご家族と話し合ってみましょう。



どのようにストレスを解消すればいいのでしょうか？



新型コロナウイルス感染が広がり日常生活の制限が長期になると、身体的・精神的ストレスが増えてきます。ストレスや不安は、それ自体心臓疾患に影響を及ぼすことがあります。日常生活でストレスを軽減する対策を取り、リラックスして生活しましょう。



- 自分自身でストレスを回避する行動を起こしましょう。深呼吸、ストレッチ、瞑想をするなど定期的に運動する、映画鑑賞・読書など家の中でできる趣味を作るなど、リラックスできることを見つけましょう。可能であれば、人の少ない公園など屋外で過ごすことは体調管理に重要です。くつろぐ時間を作りましょう。
- アルコールは控えるようにしましょう。
- 学校に行けない、出勤ができない時でも、規則正しい生活を維持しましょう。生活リズムを維持し、健康的でバランスのとれた食事、十分な睡眠が大切です。
- ニュース記事やソーシャルメディアから最新の正しい情報を得ることは必要ですが、過剰な情報はかえって混乱を助長する可能性があるため、上手に情報を得るようにしましょう。
- 他の人とつながりましょう。メール・SNS・電話で家族や友人など、信頼できる人とコミュニケーションしましょう。

成人先天性心疾患領域の新型コロナ感染症に関する web サイト一覧



患者さん向け

1. 厚労省

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

2. 一般社団法人全国心臓病の子どもを守る会

<http://www.heart-mamoru.jp>

3. 先天性心疾患情報ポータル

<https://j-achd.jp/news/n200304/>

4. 日本循環器学会

<https://www.j-circ.or.jp/old/topics/jcs-notice20200218.pdf>

5. 日本小児科学会

https://www.jpeds.or.jp/modules/general/index.php?content_id=1

6. Global ARCH (海外の ACHD 患者団体からの情報：日本語訳)

<http://www.global-arch.org/wp-content/uploads/2020/04/COVID19andCHD-JPNS.pdf>



医療従事者向け

国内学会

1. 日本医学会連合

https://www.jmsf.or.jp/info_covid19_newslist.html?fbclid=IwAR0s_Id5ve4aOgCYpEQg5avxaqMUrcrfH92HhZn2lfQHyt9v9Eux6mbl4k

2. 日本医師会

https://www.med.or.jp/doctor/kansen/novel_corona/009082.html

3. 日本蘇生協議会 (JRC)

<https://www.japanresuscitationcouncil.org/covid-19-%e9%96%a2%e4%bf%82/>

4. 日本循環器学会

http://www.j-circ.or.jp/JCS_info_COVID19/index_COVID19.htm

5. 日本小児科学会

https://www.jpeds.or.jp/modules/activity/index.php?content_id=333

6. 日本心エコー図学会

<http://www.jse.gr.jp>

http://www.jse.gr.jp/JSE-PCHD_final.pdf

<http://www.jse.gr.jp/COVID-JSE%20statement2.pdf>

7. 日本集中治療医学会

<https://www.jsicm.org/covid-19.html>

8. 日本外科学会

<https://www.jssoc.or.jp/aboutus/coronavirus/info20200402.html>

9. 日本救急医学会

<https://www.jaam.jp/info/2020/info-20200309.html>

10. 日本先天性心疾患インターベンション学会

http://www.jp-pic-meeting.org/pdf/COVID-19_JCIC.pdf

11. 日本産婦人科学会

http://www.jsog.or.jp/uploads/files/news/20200407_COVID19.pdf

海外関連学会

1. American Academy of Pediatrics (AAP)

<https://services.aap.org/en/pages/2019-novel-coronavirus-covid-19-infections/>

2. ILCOR

<https://www.ilcor.org/covid-19>

3. AHA

https://professional.heart.org/professional/General/UCM_505868_COVID-19-Professional-

[Resources.jsp](#)

<https://cpr.heart.org/en/resources/coronavirus-covid19-resources-for-cpr-training>

4. ACC

<https://www.acc.org/latest-in-cardiology/features/accs-coronavirus-disease-2019-covid-19-hub#sort=%40fcommonsorthdate90022%20descending>

<http://www.onlinejacc.org/content/early/2020/03/18/j.jacc.2020.03.031>

5. ESC

<https://www.escardio.org/Education/COVID-19-and-Cardiology>

6. UK

<https://www.resus.org.uk/media/statements/resuscitation-council-uk-statements-on-covid-19-coronavirus-cpr-and-resuscitation/>

7. ACHA (アメリカの成人先天性心疾患患者団体)

<https://www.achaheart.org/your-heart/living-with-chd/webinars/>

8. Global ARCH

<http://www.global-arch.org/covid-19-what-you-need-to-know/>

論文の特設サイト

1. NEJM

<https://www.nejm.org/coronavirus>

2. Lancet

<https://www.thelancet.com/coronavirus>

3. JAMA

<https://jamanetwork.com/journals/jama/pages/coronavirus-alert>

CHD, ACHD 直接関連する報告

1. 小児、ACHD の心カテのリソース (US)

<https://www.invasivecardiology.com/articles/resource-allocation-and-decision-making-pediatric-and-congenital-cardiac-catheterization-during-novel-coronavirus-sars-cov-2-covid-19-pandemic-us-multi-institutional-perspective>

その他

1. CDC (US)

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>