

コロナの陽性が判明したとき

診療・検査医療機関で
診断を受けた場合

○発生届対象の方

保健所等からの連絡に従って療養してください。

- ・ **65歳以上**の方
- ・ **入院**を要する方
- ・ **妊婦**の方
- ・ **重症化リスク**があり、かつ、**新型コロナ治療薬**又は**酸素投与**が必要な方

※入院や重症化リスク・治療については、医師の判断となります。

○発生届対象外の方

↓ 松山クリニック注釈 (WEB限定)

1. 療養中の支援を希望する方は**東京都陽性者登録センター**に登録

- My HER-SYS (マイハーシス) による健康観察
- 食料品やパルスオキシメーターの配送
- 都の宿泊療養施設 (ホテル) 等での療養

登録はこちら



登録には基本情報 (氏名、年齢、住所等) と、身分証明書の写真と陽性の診断を受けたことがわかる書類 (お渡しした松山クリニック手書き書類) 等が必要です。 *松山クリニック注釈
登録方法にお困りの方は、**うちさぼ東京**にご相談ください。 ↓ インターネット使わない方は、うちさぼ東京へ

2. 体調不安や療養中の困りごとは、**うちさぼ東京**へ相談

- 自宅療養中の体調不安や一般相談
- 東京都陽性者登録センターの登録に関してお困りの場合の相談
- 食料品配送、パルスオキシメーター貸与に関する問合せ

☑ **うちさぼ東京**

0120-670-440 毎日: 24時間

詳細はこちら



☑ 療養期間について

ご自身で日付を記入し、療養の参考にして下さい→		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	11日目
		月 日	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
 自宅療養者 宿泊施設療養者	症状のある方	発症日	不要不急の外出自粛 (発症日を0日目として7日間)							療養解除	自主的な感染予防行動の徹底期間		
	症状のない方	検体採取日	不要不急の外出自粛 (検体採取日を0日目として7日間)							療養解除	療養が解除されても、 ・症状がある方は10日 ・症状がない方は7日 経過するまで、 感染リスクがあるため、 自主的な感染予防行動の徹底をお願いします。		
							抗原検査 キット 陰性	療養 解除	自主的な 感染予防 行動の 徹底期間				

コロナの陽性が判明したとき

診療・検査医療機関で
診断を受けた場合

療養解除後の自主的な感染予防行動の例

●健康状態の確認（検温など） ●マスクの着用 ●高齢者等ハイリスク者との接触、ハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食を避ける

＊松山クリニックからの注意点：1）抗原定性検査は無症状の場合あまり当てになりません。無症状の方はできるだけ7日間の療養を全うされることをお勧めします。2）オミクロン株感染者のウイルス排泄期間は、従来株より長くなっており、発症後7日ごでは、まだ人にうつす危険性は残っています。隔離解除後も3日間程度は感染予防行動をしっかりととり、外出を控えることが望ましいと考えます。

■各種申込窓口；陽性で、かつ発症届対象外の方は、裏に記載の東京都養成者登録センターに登録、または、うちサポ東京に相談の上、以下の申込が可能です。

東京都宿泊療養申込窓口

詳細はこちら

■ホテル（宿泊療養施設）での療養を希望する場合に申込み

03-5320-5997 毎日：午前9時から午後4時まで

※発症届対象外の方は、事前に陽性者登録センターへの登録が必要です。



東京都感染拡大時療養施設申込窓口

詳細はこちら

■感染拡大時療養施設での療養を希望する場合に申込み

無症状もしくは重症化リスクのない軽症の陽性者で、高齢者や子供などと同居し、家庭内感染の不安を抱える方などが対象の施設です。

03-4485-3726 毎日：24時間

※発症届対象外の方は、事前に陽性者登録センターへの登録が必要です。



療養証明について

発症届対象外の方に対しては、療養証明の発行は行いません。

診療明細書など、代替書類となる書類をご活用ください。

療養後、後遺症かなと思ったら

詳細は各サイトから
ご覧ください

■コロナ後遺症対応医療機関

後遺症が疑われる場合で、かかりつけの医療機関がない方等のために、都内の後遺症対応医療機関マップやリストを公表しています。

■都立病院のコロナ後遺症相談窓口

新型コロナウイルス感染症の治療や療養終了後も、呼吸の苦しさや味覚・嗅覚の異常などの症状がある方からの受診や医療に関する相談に対応しています。

■医療以外の各種相談窓口

後遺症による失業や生活困窮等といった生活全般の相談など、各分野の相談窓口をまとめた「各種相談窓口リスト」も公表しています。



このリーフレットは、東京都発行のものに基づき、松山クリニックが加筆編集しております。

松山クリニック院長松山毅

濃厚接触者に該当する場合

濃厚接触者に該当する（定義にあてはまる）場合

症状が表れた際の自宅等での検査

自宅待機期間中に症状が表れた際に、医療機関受診前に検査をするための抗原検査キット配送を都にお申しいただけます。

サイトはコチラ→<https://tokyo-testkit.jp/>

（すでに症状がある場合はこちら（最短翌日配送）

→<https://tokyo-onsettestkit.jp/> 電話0570-020-205 受付：09:00～19:00時
(松山クリニック注釈)

症状がある場合や、検査キットで陽性疑いとなった場合、体調急変時

受診の相談

- ・医療機関に連絡の上、自分が濃厚接触者であることを伝えて下さい。
 - * ご自宅で検査キットを使って検査をした場合、その結果も伝えて下さい。
 - * 家族が陽性の場合等、検査を実施せず、症状のみで医師が診断する場合があります。

※診療・検査医療機関の一覧

https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/kansen/corona_portal/soudan/hatsunetsugairai.html

- ・受診の際は自身で行った検査結果をお持ちください。

検査陽性、又は症状のみで新型コロナウイルス感染症と診断された場合

左記以外の場合

医師の指示に従ってください。

松山クリニックからの注意：

1) 家族の誰かが感染した場合、あなたは濃厚接触者と考えた方が良いでしょう。他の家族に接触しないように、家庭内で可能な範囲で個室隔離され、共有スペースに出る際は、家族全員マスクされることを勧めます。2) 抗原定性検査は、症状がないときの結果は、あまり当てになりません。5日間自宅待機を続けた上、3、4日目にPCR検査を受けることを勧めます。3) 発熱なく軽い喉の違和感のみでも、コロナの症状の可能性あります。わずかであっても、体調の変化あった場合には、ご自身で抗原定性検査、または医療機関でPCR検査を受けることを勧めます。

自宅待機

- ・最後に接触した日から5日間の自宅待機をお願いします。
- ・自宅待機中に体調変化があった場合には、医療機関に連絡し、受診してください。
- ・最後に接触した日から2日目、3日目に自主的な検査(御自身で購入されたキットによる抗原定性検査)で陰性の場合、待機解除することができます。
 - ※2日目、3日目の自主検査に、都が配布するキットは使用しないでください。

経口抗ウイルス薬治療について

現在この疾患の重症化阻止に特化した経口薬が2種類（パキロビッドパック、ラゲブリオ）、重症化リスクのない方への主に症状緩和のための経口薬が1種類（ゾコーバ）あります。経口薬は当院と対応薬局で連携し、ご自宅に配送します（お届けまでに時間がかかることもあり得ます）。適応のある方には事前に経口薬についての同意説明文書をお渡しします。ご希望の場合よく読み署名をしておいてください。これらの経口薬は、厚生労働省の特例承認薬ではありますが、おおむね重篤な副作用は、今のところあまり認められていないようです。しかし、今後たくさんの方が投与を受けた場合には新たな問題点が認められることもあり得ます。

新型コロナウイルス感染症抗ウイルス薬投与条件

①投与の時点で発症日から5日以内・年齢（ラゲブリオ18歳以上、パキロビッド成人または12歳以上かつ体重40kg以上）・妊婦又は妊娠している可能性がない（ラゲブリオのみ、パキロビッドは投与可能）これらを満たし、かつ以下のうち一つ以上を満たす。

②年齢（ラゲブリオ61歳以上、パキロビッド60歳以上）・肥満（ラゲブリオBMI30以上、パキロビッド25以上）・一部を除く活動性の癌・慢性腎臓病・慢性肺疾患（治療中の喘息を含む）・重篤な心臓血管疾患（心不全、心筋梗塞、脳卒中、血管手術後等）・高血圧症、喫煙歴（パキロビッドのみ）・糖尿病・神経発達障害（ダウン症候群、脳性麻痺、その他の遺伝性疾患、重度の先天異常<ラゲブリオはダウン症候群のみ>）・脳神経疾患（多発性硬化症、ハンチントン病、重症筋無力症等<全てラゲブリオのみ>）・免疫抑制疾患または免疫抑制剤投与されている（コントロール不良のHIV感染、臓器移植後、一部のリウマチ膠原病患者等）・新型コロナ感染者と無関係に人工呼吸器などの装着がなされている者（パキロビッドのみ）

③ゾコーバの投与条件（重症化リスクのない患者さん向け）：新型コロナ感染症で12歳以上、発病後3日目以内の開始が望ましい。

抗ウイルス薬処方、調剤の実際

コロナ関連検査陽性確認、患者様の同意（口頭及び同意説明文書への署名）後、当院で処方し、当院の在庫の抗ウイルス薬を療養先にお持ちするか、対応薬局からお持ちすることになります。薬は特に副作用などなければ5日間飲み切ることが基本となっています。この治療は重症化阻止が主目的ですので、ご本人の容態が軽いうちに使い始めるものです。悪化してから開始しても遅いことをご理解ください。

各経口抗ウイルス薬の特徴

パキロビッドパック：利点：重症化阻止率90%程度で、欧米では第一選択薬。妊婦にも使用可能。

欠点：他の薬との相性の問題があり、薬を常用されている方は、それを申告し、医師と薬剤師が安全を確認の上処方調剤いたします。腎機能低下傾向のある方などは本薬の減量が必要です。大きな錠剤を一度に複数飲みますので、錠剤の苦手な方は飲み辛いかと存じます。錠剤を砕いて飲むことはできません。また非常に稀に、内服終了数日後コロナの症状やウイルス排泄のぶり返しが起こることがあり、場合により再度隔離を要することがあります。

ラゲブリオ：利点：他の薬との相性問題はありません。腎機能の悪い方でも量の調節は必要ありません。大きなカプセルを1度に4カプセル飲む必要ありますが、カプセル内服苦手な方は、カプセルを外して中の粉を水に溶いて飲むことは可能です。具体的な方法に関しては、医師や薬剤師がご指導します。

欠点：重症化阻止率は30%程度とパキロビッドパックに比べて低いようです。妊婦さんには使えません。また非常に稀に、内服終了数日後コロナの症状やウイルス排泄のぶり返しが起こることがあり、場合により再度隔離を要することは、本薬でも報告がございます。

ゾコーバ：利点：症状が使わない場合に比べて1日短縮します。ウイルス排泄量が減り、人にうつしくなることが期待できます。1日1回内服です。

欠点：妊婦には使えません。他の薬との相性の問題があり、薬を常用されている方は、それを申告し、医師と薬剤師が安全を確認の上処方調剤いたします。内服は1日目3錠、2日目以降1錠となっており、間違えないようにしなければなりません。ウイルス排泄のぶり返しに関しては不明です。