

# 新型コロナウイルス感染症と肺がん



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

## 新型コロナウイルス感染症とは?どのように感染する?

新型コロナウイルスは、通常、感染者の拡散した飛沫を吸引することで感染するウイルスです。これは、くしゃみや咳をしたり、近くで話したりすることで起こります。また、表面に付着した飛沫からも感染が可能です。手で、鼻、口、目に運ばれる可能性があります。

## 肺がん患者にとって新型コロナウイルス感染症が懸念される理由は?

新型コロナウイルス感染症は、人によって無症状の場合と、軽度または重度の感染症で回復までに2週間以上かかる場合があります。また、この感染症は、肺の損傷や慢性的な免疫系問題など、より慢性的な健康問題を引き起こすおそれがあります。悲しいことに、新型コロナウイルス感染症で死亡する人もいます。

新型コロナウイルス感染症のリスクは、がんの種類によって様々です。最もリスクの高い患者には、免疫系が弱っている方(例:最近がん治療を受けた方)、高齢者、免疫系に影響を及ぼす特定のがん、および糖尿病、心臓病、呼吸器疾患などの基礎疾患のある方が含まれます。

残念ながら、肺がんは肺を弱らせるので、肺がんの方は新型コロナウイルス感染症を発症すると重症化するリスクが高くなります。肺がん患者の多くが呼吸器系の問題を基礎疾患に持っているため、このことも重症化のリスクを高めています。肺がん患者で、放射線治療を受けている方、または最近終了した方は高リスクとみなされるため、リスクについて担当の医療チームと話し合う必要があります。

## 感染リスクを減らすにはどうすればいいですか?

現在、世界中の国々で、それぞれの国民に対する異なるレベルの助言が行われていますが、新型コロナウイルス感染症のリスクを減らすために、私たち皆ができる重要なステップがいくつかあります。飛沫が主要な感染ルートであることから、病気を持っている可能性のある人々から隔離することが、自分自身が感染症を発症しないようにするための最も強力な方法です。安全に過ごすための他の方法は次の通りです。

- **顔を覆うもの(マスク等)を着用する**  
顔を覆うものについては、常に最新の公式の助言に従ってください。
- **他の人々との接触を制限する**  
そして、人と一緒にいるときは6フィート/2メートルの距離を保ちます。
- **定期的に手を洗う、またはアルコール系手指消毒剤を使う**
- **洗っていない手で顔、口、目に触れないようにする**
- **咳は肘またはティッシュで受け止める**  
ティッシュはゴミ箱に入れて、すぐに手を洗います。
- **頻繁に触れるものや表面を定期的に洗浄・消毒する**
- **口に触れるものを共有しない** - 例: ボトル、コップ
- **握手をしない**
- **自分と接触する人、その人の友人や家族も、ソーシャルディスタンス、顔を覆うもの、衛生面についての助言に従うよう確認する。**彼らが従わない場合、あなたを危険にさらすことになりかねません。
- **いずれかの症状があれば、国の助言に従い、ただちに報告する**

# 新型コロナウイルス感染症と肺がん



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

## 手を清潔に保つ方法

### 石鹸と水

清潔な流水(温水または冷水)で手を濡らし、石鹸をつけます。

手をこすり合わせるようにして石鹸を泡立てます。

手のひら、甲、指、指と指の間、爪の内側など、手のすべての表面をこすります。20秒間こすります。

清潔な流水で手をすすぎます。

手を清潔なタオルで拭くか、空気乾燥で乾かします。

### アルコール系手指消毒剤

石鹸と水がない場合は、アルコール分が60%以上含まれているアルコール系手指消毒剤を使い、なるべく早く石鹸と水で洗うようにします。

手が目に見えて汚れている場合は、手指消毒剤を使用しないでください。

**塗布する。**手の表面全体を覆える量を手に取ります。

乾くまで両手をこすり合わせます。これには20秒ほどかかります。

**注意:**手指消毒剤が乾かないうちに洗い流したり、拭き取ったりしないでください。細菌に対する効果が弱まる場合があります。

子供がアルコールを飲み込まないよう監督してください。

肺がんにかかっている方、またはかかったことがある方は、新型コロナウイルスへの感染の機会を減らすために、おそらく追加の対策が必要です。追加の対策には次のようなものがあります。

- 新型コロナウイルス感染症の症状がある人、または感染者のそばにいた人との接触を厳密に避ける。
- できるだけ自宅待機し、社交は屋外での少人数グループに制限し、他の人と接触する際には常に厳密なソーシャルディスタンスを保つ。
- 可能な限り公共交通機関の利用を避ける。
- 他の人々とは直接会うのではなく、電話、インターネット、SNSなどの遠隔技術を使って定期的に連絡を取り合う。

- 担当の医療チームやその他必要不可欠なサービスとの連絡手段に、電話やオンラインサービスを利用する。
- 処方箋薬、その他の市販薬や消耗品の入手は、誰かに頼む。
- 体を動かすことを心がけ、定期的に新鮮な空気を吸うようにする。
- バランスの良い食事をして、可能であれば食糧が自宅に配達されるよう手配する。
- 今必要なサポートや、体調が悪くなったときのために、家族、友人、隣人と共同の計画を立てる。

# 新型コロナウイルス感染症と肺がん



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

## 症状が出たらどうすればいいですか？

症状には、発熱（38°C/100.4°F以上の高熱）、咳、息切れ、嗅覚や味覚の喪失や変化などがあります。

自己隔離し、担当の医療チームに電話して、次のように助言を求めてください。

- 治療中の方、または過去6か月間に治療終了した方は、すぐに担当の腫瘍内科に電話してください。免疫力が低下していると、どんな感染症でも重症化する可能性があります。病院のチームは、あなたの症状について、がんまたは新型コロナウイルス感染症との関連性を評価することができます。
- 治療の開始を待っている方や、がんから回復した方は、担当の医師や病院のチームに電話して助言を受けてください。

まず医療専門家に相談せずに、病院や診療所、医師の手術に行かないでください。

## 私の治療は行えますか？

医師から中止の指示がない限り、治療を継続し、どの薬も飲み続けるようにしてください。病院ではがん患者の安全を確保し、最善の治療を行うために取り組んでいます。

新型コロナウイルス感染症のリスクのため、対面ではなく電話やビデオでの診療、特定の種類の治療を行わない、または一時的な治療の延期が生じる場合もあります。治療計画の変更や病院の手順の変更などは、病院の医療チームから連絡が行きます。

あなたが新型コロナウイルスに接触するリスクを減らすために、医療チームは治療前に2週間の自己隔離を助言することがあります。自己隔離が治療前、治療中、治療後に必要かどうか、およびその期間について医療チームに質問してください。

## 治療が遅延したらどうすればいいですか？

新型コロナウイルス感染症により医療サービスに過度な圧力がかかっています。このため国によっては診療予約や治療に遅れが生じています。治療が変更されたり、遅れたりすると、とても不安になるものです。そのようなことが起きている原因や、あなたへの影響については、医療チームに相談するようにしてください。

一部のがん治療は免疫系に影響を与えるため、新型コロナウイルス感染症で発病するリスクが高くなります。このことから、患者が感染する機会を減らすために、病院での診療や治療計画にある程度の変更が行われています。

どこの医師も、実行に伴うリスクの中での治療の緊急性と潜在的なメリット、および来院中の新型コロナウイルスへの曝露リスクに対する最善の管理方法を秤にかけて検討しています。その結果として、あなたは医療チームと病院での対面診療ではなく、電話での診療を何度か受けることになるでしょう。

電話診療に向けて準備しておくといいでしょう。話したい内容をすべて覚えておくことは難しいものです。相手の話をすべて覚えておくことは、特に電話では難しいこともあるので、質問のリストを用意しておき、メモを取ると便利です。何かわからないことがあれば、もう一度説明してもらいましょう。あなたのための時間なので、必要なことは何でも遠慮なく聞いてください。

# 新型コロナウイルス感染症と肺がん



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

## 医療チームへの質問の例:

- 私のがん治療は、新型コロナウイルス感染症で発病するリスクに影響しますか？
- 私か同居の誰かが新型コロナウイルスに感染したらどうすればいいですか？
- 新型コロナウイルスに感染したら、治療は継続されますか？
- 私の治療は遅延中です。治療はいつ頃受けられますか？
- 治療の遅れは、治療の効果に影響しますか？
- 私の治療内容が変更されました。理由を説明してもらえますか？

## 私は過去に肺がんになったことがあります。新型コロナウイルス感染症にかかるリスクは高いのでしょうか？

ほとんどの人の免疫系は、治療が終了して数ヶ月後には完全に回復しています。免疫系が回復していれば、同年代の人々や一般的な健康状態の人と比べて、リスクが著しく高くなることはありません。

## 感染から身を守る方法については、やはり助言に従う必要があります。

がんの種類、治療法、年齢、通常健康状態によって、一人ひとりのリスクは異なります。不安な場合は、あなたの病歴を知っている担当のがん専門医や腫瘍内科の看護師に聞くのが一番です。

## 相互サポート

新型コロナウイルス感染症という余分な心配を差し引いても、がんの診断に向き合うことは十分に困難なことです。自宅待機し、直接人と会うことを減らすよう助言されている場合は、大変な困難となるおそれがあります。

自己隔離は、特になん治療中で家族や友人からの愛とサポートが大変重要となる方にとって、信じがたいほど困難になり得ます。最善を尽くして向き合う中でも、私たちが忘れてはならないのは、これらの対策は友人や家族のうち最も脆弱な人々を守るためにあるということと、永遠には続かないということです。

自分の心身の健康に気を配ることが大切です。自宅にいななければならないときにこれを実行することは簡単ではありません。

## 自分のためにできること:

- 電話やビデオチャットで親しい人と連絡を取り合しましょう。誰かの顔を見ることで孤独感が和らぎます。
- 電話やデバイスが常に充電されているようにして、通話クレジットがあることを確認し、つながる状態を保ちましょう。
- 自宅生活をルーチン化しましょう。
- 健康的な食事と運動を心がけましょう。
- いつもより不安な気持ちになるのは無理ありません。よくある心配の原因としては、がん治療の変更や遅延についての不安や、新型コロナウイルス感染症と自分への影響についての懸念などが考えられます。大切な人や担当の医療チームに、あなたの気持ちを話してみてください。
- 病院や診療所へ行って担当の医師や看護師に会うことによる安心感が失われて、あなたは寂しく感じているかもしれません。診療時に医療チームに話し、どのようなサポートを利用できるか尋ねてみてください。

## まとめ

- 肺がんは肺を弱らせるため、残念ながらあなたは新型コロナウイルス感染症を発症すると重症化するリスクが高くなっています。
- 自分の身を守るためには、国の助言に従うことがきわめて重要です。
- あなた個人のリスクについて医療チームに相談し、症状が出た場合は迷わず医療チームに連絡してください。
- 新型コロナウイルス感染症が治療計画に与える影響について心配な場合は、医療チームに相談してください。
- このような時に不安を感じることは当然です。肺がん患者の方々にとって、今は非常に困難な時です。大切な人たちにサポートをお願いして、自分の気持ちを伝えましょう。
- お住まいの地域の肺がん団体でどのような支援が受けられるかを確認したり、医療チームに相談したりしてみましよう。



GLOBAL LUNG CANCER  
COALITION

COVID-19と肺がん  
© 世界肺がん連合  
[www.lungcancercoalition.org](http://www.lungcancercoalition.org)

この情報冊子は、世界肺がん連合 (GLCC) 事務局によって製作され、肺がんの専門家による校閲を受けています。あなたのお住まいの国で利用できるサポートおよび情報サービスの詳細については、ウェブサイト ([www.lungcancercoalition.org](http://www.lungcancercoalition.org)) をご覧ください。バージョン1.0 - 2021年1月