

初期症状は熱中症と類似！？

# 新型コロナ変異株「KP.3」を正しく理解して対策しましょう！



異常な暑さのこの夏、新型コロナ変異株「KP.3」の感染者数が急増しています。感染力が高く、変異株なので今のワクチンが効きにくいことから、感染者が増えているそうです。また暑さによって自律神経が乱れ、食欲も落ち、免疫力も下がっていることも影響しています。しっかりと熱中症対策をして免疫力を高め、正しく理解して対策をしましょう！

## 新型コロナ変異株「KP.3」の毒性は？

健康な大人や子供たちにとっては、それほど深刻なウイルスではありません。

一方で高齢者や基礎疾患を持っている人などリスクの高い人たちの感染には、気をつける必要があります。

## 「KP.3」の主な症状は？

インフルエンザや他の風邪と極端に違いがあると捉える必要はありません。

唯一コロナ感染でかなり特徴的だった《嗅覚や味覚の障害》は、オミクロン以降は相当少なくなっています。

症状の種類とその重症度は、どの変異株が感染を引き起こすかよりも、**その人の免疫力と全体的な健康状態**によって決まります。

## 感染が疑われたら取るべき行動は？

高齢者や基礎疾患を持っている方でなければ慌てる必要はありません。医療機関がひっ迫してかけている場合などでは、診断を絶対につけないといけない、ということはありません。

なお、会社に抗原検査キットがあるので必要な時申し出てください。

仮に病院に行かないという選択肢を取るのであれば、少なくとも《症状が完全に良くなるまで》はおとなしく家で過ごしましょう。少しでも症状があったら、その間は職場や学校は休み、とにかくリスクの高い人を守るということに専念することが大切です。

## 感染対策はこれまで通りで良いの？

流行当初のようにどこでも消毒しまくることはあまり意味がないことが分かっています。

それよりも**換気がすごく大切です。**

熱中症予防には適切なエアコンの使用も大切ですが、冷気を逃がさないよう

にとずっと窓を閉め切っているのは、感染症対策としてはNG。

適度に換気をするようにしましょう！



屋外のビアガーデンで盛り上がるのは問題ありません



締め切ったカラオケルームで朝まで大熱唱するのは当然リスクは高くなります