

肺高血圧症患者さんと 新型コロナウイルス感染症 ～肺高血圧症患者さんのためのQ & A～

監修：

国際医療福祉大学医学部循環器内科准教授

国際医療福祉大学三田病院肺高血圧症センター 代表医師

田村雄一先生

- この資料は、2020年4月1日現在に判明している情報をもとに作成しています。

Q 新型コロナウイルス感染症って？

&

A

- 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は、世界140ヵ国以上※に及んでおり、WHOによってパンデミック（世界的大流行）に指定されています。 ※2020年3月17日調査時点
- 感染者と密閉空間で一緒に過ごしたり、くしゃみやせきによる飛沫を浴びるなど濃厚接触があった場合に感染します。
- 「発熱」、「せき」、「頭痛」、「体のだるさ」などの風邪のような症状があらわれます。

Q 肺高血圧症による影響は？

&

A

肺高血圧症の人では新型コロナウイルス感染症が重症となるリスクが高いと考えられます。

肺高血圧症の人は

肺への血液の流れが弱まっており、酸素が取り込まれにくい。



万一、感染して肺炎を起こした時に、肺の余力が少ない。



人工呼吸器などを必要とする状態となるリスクが高い。

Q 普通に通院していいの？

&
A まずは主治医に相談しましょう。

- 電話やインターネットで診療やお薬の処方が受けられる場合があります。
- 特にお薬の量を調整した後は症状が変わりやすく、体調の変化に不安を感じたら主治医に電話で相談しましょう。
- 電話診察を行う場合には、自分で血圧や体重を計測したり、むくみの有無を確認するなど、自身のからだを評価する習慣も大切です。

Q 予防するために心がけることは？

&

A

最も大切なことは、こまめに手を洗うことです。

こまめに手を
洗って、手に
付いたウイルス
を洗い流す。

手で鼻や口、
目を触らない。
手でいろいろな
ところを
触らない。

せきやくしゃみを
するときは、
口をマスクや
ティッシュ、
腕でおおい、飛沫
をとばさない。

できるだけ
外出しない。
お家の中で
ゆったりと
過ごす。

よく寝る、
よく食べる、
よく休む。

人との間に
距離をとる。

適度に
体を動かす。

Q 家の中で体を動かす時のポイントは？

&

A

太ももと呼吸筋を意識して動かしましょう。

太もものトレーニング

- 心不全を予防。
- 血栓を予防。

呼吸筋のトレーニング

- 息切れを予防。
- 痰が出しやすくなる。

体操については主治医の指示に従い行ってください

Q 同居する家族が心がけることは？

&

A

家の外からウイルスを持ち込まないようにしましょう。

- 家族の方も不要な外出を控えましょう。
- 必要な外出（買い物など）は家族にしてもらいましょう。



帰宅したらすぐに手を洗う、
またはお風呂に入ることも効果的です。



「正しい手洗いの仕方」
政府インターネットテレビで見ることができます。
<https://nettv.gov-online.go.jp/prg/prg20343.html>