

コロナウイルスに対する見解について【2020/2/20】

本日、フジテレビでコロナウイルスについて解説してまいりました。

本来であれば、必要以上に恐れることなく今まで通り十分な感染対策をしていただければ、これまでの感染症と何ら変わらないと言うことを説明したかったのですが…

テレビ局としては、やはり必要以上に不安をあおった方が番組として面白くなるのでそういった恣意的な質問が多かったように感じました。

私が本当に皆さんに伝えたい事は、今回のコロナウイルスはこれまでの感染症より、極端に致死率が高いとか感染力が高いと言う事はありません。

十分な感染予防をしていれば感染を未然に防ぐことができますし、もし感染してしまったとしても十分な免疫力を高めていれば、普通の風邪と何ら変わらなく病気を抑えることができます。

とにかく大切な事は繰り返しになりますが、手洗いとうがい、それから質の良い睡眠をとり、免疫力を高めていただくことです。そのために大事な栄養素として、最近ではビタミンDばかり注目されていますが、それだけでは感染予防、免疫力を高めるためには不十分です。まずは感染症予防のためのオリーブ葉エキスをはじめ、基礎となるタンパク質の摂取、それから免疫力を高める効果のあるビタミンC ビタミンB群などを併用して摂取をしていただくことで感染への耐性が高まります。

厚生労働省も今回のコロナウイルスを風邪の一種であると明言しております。必要以上に恐れることなく、今まで通り十分な感染予防対策をしていただくことが重要です。

分子整合栄養医学協会 副理事 金子俊之