

新型コロナウイルス 感染症(COVID-19)

昨年1月からCOVID-19が瞬く間に全世界に拡大し、日本でも大変な状況が続いていますが、まだまだ収束の兆しは見えません。コロナ禍のいま、皆が正しい知識を持って感染対策に従い、感染拡大を防ぐことが求められています。

岡井隆広

河北総合病院 副院長
健康生活支援統括センター長



おかい たかひろ
日本内科学会総合内科専門医・指導医 / 日本腎臓学会腎臓専門医・指導医 / 日本透析医学会透析専門医・指導医 / 日本リウマチ学会リウマチ専門医・指導医・評議員 / 日本リウマチ財団登録医 / ICD制度協議会認定インフェクションコントロールドクター (ICD) / 身体障害者福祉法指定医 (腎臓、肢体不自由)

COVID-19とは

ヒトに感染するコロナウイルスはこれまで4種類あり、感冒(風邪)の原因の10~15%を占めています。2002年中国広東省に端を発した重症急性呼吸器症候群(SARS)、2012年のアラビア半島での中東呼吸器症候群(MERS)も同

感染から発症まで

飛沫感染が主体です。特に換気の悪い環境では、咳やくしゃみがなく

じコロナウイルスが原因です。そして2019年12月中国湖北省武漢市で発生した肺炎は、新型コロナウイルスが原因と判明し、その感染症がCOVID-19と命名されました。

約1.5%とされています。

重症化するリスク因子は、高齢(65歳以上)、高血圧、肥満(BMI 30以上)、慢性閉塞性肺疾患、慢性腎臓病、糖尿病、心血管疾患、喫煙、妊婦、悪性腫瘍、免疫抑制状態などといわれます。

後遺症として、発症約2カ月後でも、10~20%の患者さんに嗅覚障害、呼吸苦、倦怠感、咳、脱毛などが見られ、徐々に改善するも4カ月間ぐらい持続することもあります。

診断

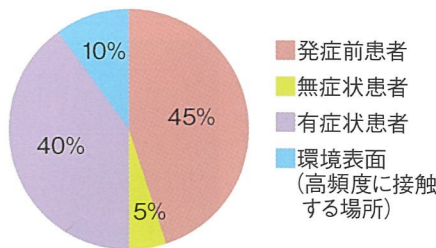
診断には、鼻咽頭、唾液などから検体を採取し、PCR法などの核酸増幅検査や抗原検査を行います。PCR法の場合、偽陰性(感染しているのに陰性となる)が約30%見られるため注意が必要です。

抗原検査はウイルス量が多くなると陽性にならないため、PCR法よりも感度が低く、発症10日以降は無効です。胸部CT検査は軽度の肺炎変も検出しますが、ほかの病気で

とも感染します。密閉した空間で大声を出したりすると、空気中の微粒子(エアロゾル)を介して感染を起こすことがあります。また、ウイルスを含む飛沫で汚染された表面からの接触感染もあります。

感染しても無症状・軽症状のことが多く、無症状・発症前など自覚症状のない感染者からの感染リスクが高いことが特徴です(図1)。潜伏期は1~14日間ですが、曝露から5日程度で発症することが多く、発症2日前から発症後7~10日程度まで感染性があると考えられます。なお、血液、尿、便からの感染はまれです。

図1 感染源となるのは?



初期症状はインフルエンザや通常の感冒に似ていますが、発熱、咳、倦怠感、筋肉痛が多く、また、15%と頻度は高くないものの味覚障害、嗅覚障害が見られます(表1)。症状の持続が7~10日間と長いのも特徴です。患者さんの80%は軽症のまま治癒しますが、20%に発症1週間前後で肺炎症状(咳、息切れ)が現れ、入院が必要となります。そして全体の5%が、発症10日前後で人工呼吸器が必要になるような重症肺炎となります。

症状と経過、後遺症

鼻と口をしつかり覆った状態なら飛沫の拡散を80%以上防止するため効果的です。またマスクの使用は、手で目、鼻、口を直接触るのを阻止できる意味でも有効です。

飲食時などマスクを外す状況にあるときに感染リスクが一番高いので、食事中は会話を控える、会話するならマスクをすることが重要です。換気も重要です。特に人が多い室内では頻回に行ってください。石鹸やアルコールによる手指消毒もしっかりと行ってください。家庭、職場での高頻度接触面(テーブル、椅子、ドアノブ、スイッチなど)もアルコールや抗ウイルス作用のある消毒剤で定期的に消毒してください。

ワクチンの効果が期待されていますが、重症化を防止できるのか、また安全性、有効期間、保管方法など未解決な問題も抱えているため、過度に期待せず、これまで通り一人ひとりが気を緩めることなく、基本的な感染対策を日常化することが最も大切です。

感染リスクが高まる「5つの場面」

けんこうメモ!
(厚生労働省HPを基に作成)

場面① 飲酒を伴う懇親会等
● 飲酒の影響で気分が高揚すると注意力が低下、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。

場面② 大人数や長時間におよぶ飲食
● 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では感染リスクが高まる。

場面③ マスクなしでの会話
● マスクなしでの感染例として、昼ラオケなどでの事例が確認されている。

場面④ 狭い空間での共同生活
● 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。

場面⑤ 居場所の切り替わり
● 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。

表1 COVID-19、インフルエンザ、感冒(風邪)の症状 ◎よくある ○ときどき △まれに ×なし

	咳	発熱	筋肉痛	寒気 震え	倦怠感	頭痛	下痢	咽頭痛	息切れ	味覚 嗅覚 障害	鼻汁	くしゃみ
COVID-19	◎	◎	◎	◎	○	○	○	○	○	○	△	△
インフルエンザ	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	○	×	×	○	×
感冒(風邪)	○	△	◎	×	○	△	×	◎	×	×	◎	◎