Dr. 健康コラム

新型コロナ、これからの感染予防対策について

城里町国保七会診療所　上井　雅哉

○新型コロナのいま

人類が新型コロナパンデミックを経験してから５年。かぜ様症状で発症しますが一部が重篤な肺炎を来たし生命を脅かしうる感染症とわかり、感染拡大防止のため社会活動や学校生活が制限され一定期間「辛抱」「我慢」を要請されるというつらい時期を経験しました。一方mRNAワクチンという新たな技術が極めて短期間で臨床応用され、多くの人命が救われることとなりました。2021年12月以降オミクロン株がデルタ株に取って代わり、その後ヒトの免疫機構を回避するオミクロンとその亜系統が次々出現し流行と収束を繰り返していますが、このウイルスが消えるということはありません。2023年5月新型コロナが感染症法上の５類に移行しインフルエンザと同等の扱いとなり、全例調査から週１回の定点調査に変更され新型コロナ患者数の実数こそ示されませんが、閲覧可能な流行・疫学情報による推計値（１例としてモデルナが運営するWebサイト）を見ると、2024年８月のピークから減り続けていましたが11月に底を打ってから12月８日時点で折れ線が上方に転じていることがわかります。人が集まり飲食する機会が増え、換気が不十分になりがちと考えられるこの時期に、今後の患者数再増加が懸念されるところです。

現在流行しているウイルスはオミクロンBA.2系統（派生したJN.1株さらにKP.3株）で、変異がたくさんはいるごとに感染力（伝播力）が増し、免疫から逃れやすいウイルスが残りやすくなります（現時点ではワクチンの感染予防効果は期待できなくとも重症化予防効果は保持される）。今後もし大きな変異が起これば、これまでのワクチン接種で得た免疫が全く効果の認められないようなウイルスが出現する可能性もあるため、注視していく必要があります。

○これからの感染予防対策

新型コロナと向き合った５年間に多数の知見が蓄積されてきました。重要と思われるポイントを列挙します。

- 新型コロナが５類に移行し社会経済活動を動かす方向に舵がきられ、マスク着用も含め個人の判断に任されるようになりました。それまでマスク着用や手指衛生を意識し対面接触を控え、感染症にかからないように過ごしたことで個人の免疫力が下がりました（各種ウイルス等に対する抗体価の低下）。新型コロナはもとより、季節性インフルエンザ、その他の感染症にかかりやすくなるリスクがあります。
- 感染状況に合わせた臨機応変な感染予防対策をそれぞれの判断で行うことが基本です。
- 新型コロナの重症化しやすい人として、高齢者、基礎疾患（呼吸器疾患、循環器疾患、腎疾患、糖尿病、悪性疾患など）のある方が挙げられます。
- オミクロン系統はデルタ株に比し一般的に重症化しにくいといわれてきましたが、BA.2系統から派生のJN.1株やKP.3株では肺炎像を呈する症例が増えているとの報告もあります。
- コロナの罹患後症状（いわゆる後遺症）は、倦怠感、関節痛、咳、呼吸困難、集中力の低下など多彩です。これらの症状は時間経過とともに減っていくとされていますが、１年経過後も残っている方がおり、なるべくコロナにかからないことが大切です。一方でワクチン接種でこれらの合併頻度を減らす、また症状を軽減させるとの報告も出ています。
- 今回厚労省はリスクの高い65歳以上対象の2024年秋以降年１回接種（定期接種）のスケジュールを示しました。特例・全額公費での接種が終了し、前回接種から６ヶ月以上経過している方がほとんどで、血中の抗体価が下がり感染しやすくなっていると考えられるため、接種が勧められます。
- コロナワクチンの副反応（高熱や局所痛、頭痛など）への懸念から敬遠したいと考える方がいらっしゃるのは理解できます。若年者等副反応が強く出ると予測される場合の不活化ワクチンの適応などの検討は必要でしょう。ワクチン接種についてさまざまな意見があることは承知していますが、是非ご自身やご家族で情報収集し風評やSNSを鵜呑みにするのでなく、科学的根拠をもとに判断し、検討いただきたいと思います。ご判断に迷う場合はかかりつけ医にご相談ください（予防接種を受けて健康被害が生じた場合、国が因果関係を認定し救済する制度があることを申し添えます）。