

皆さんは「SARS(重症急性呼吸器症候群)」のことを覚えておられるでしょうか？

2002年11月に、中国の広東省で、通常とは異なる病態の肺炎患者が報告されたのを始めとし、2003年7月、WHOが「グローバルアラート」終息宣言を出すまでに、世界で8,000人を超える症例が報告されました。「重症」と名前についているだけあって、感染者の約20%が呼吸不全となり集中治療が必要としました。

このSARSの原因となったウイルス(SARS-CoV-2)も、2002年当時としては未知の新型コロナウイルスでした。普通の風邪の約15%はコロナウイルス属によるものですが、コロナウイルス属は変異を起こしやすく、ヒトは変異した新型に対する免疫力を持っていないので、SARSや今回の新型コロナウイルス感染症(COVID-19)のように、世界的な流行を引き起こすことがあります。

SARS-CoV-2と今回のCOVID-19との大きな違いは症状の重さです。SARSに罹った人は、症状が重かったのであまり出歩くことができませんでした。そのため他者へ遷すことも少なく、全世界で罹患者約8000人、流行も11月から翌年7月の9か月ですみました。今回のCOVID-19は、特に若い人では無症状から軽症の方が多く、感染力を持った状態で社会生活ができてしまします。ウイルスは生きた細胞の中でしか増殖できないので、軽症者が歩き、次の人に遷していくことは、ウイルス側からすると生き残りに適した状態です。

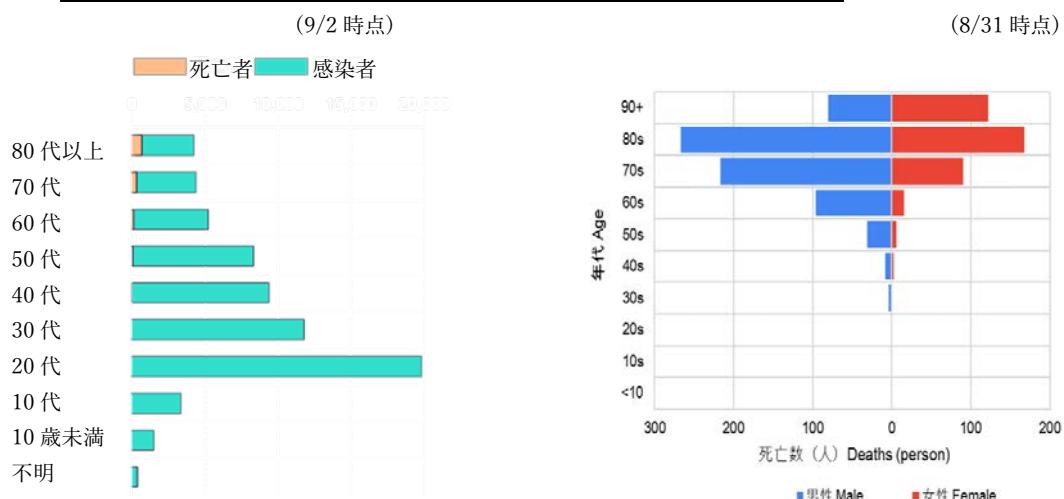
全世界の学者がCOVID-19について研究していますので、その特徴も徐々に明らかになってきていますが、発見からまだ1年経っていないので、季節性の流行、弱毒化・強毒化への変異など不明な点もまだまだあります。例えばSARS-CoV-2の時には、「そもそも風邪は冬に流行しやすいのだから、同じコロナウイルス属であるSARSも7月で終息したのではなく冬に再流行する」という予測を立てる人もいました。しかし、再流行は起きました。COVID-19も「夏には流行が減速する」とテレビで言われた時期もありましたが、8月に第2波と思われる感染者の増加があり、年中暑いメキシコ、ブラジル、インドでも大流行しています。テレビの情報も鵜呑みにせず、賢く感染対策を実行していく必要があります。

## COVID-19 の「証拠があり、正しい可能性が高い情報」

(<https://www.covid19-yamanaka.com/index.html> より抜粋  
下線とグラフは石塚追記)

### (病態)

- ・感染後、症状が出るまでの潜伏期間は1から17日とばらつきがある。  
(平均は5~6日程度)
- ・感染しても少なくとも30~50%では症状が出ない。
- ・感染してもPCR検査で陰性となる場合(約30%)がある。
- ・高齢者や持病を持つ患者を中心に一部の患者では肺炎等で重症化、致死率も高い。感染者は20代に多く、死亡者は70代・80代に多い。



### (感染)

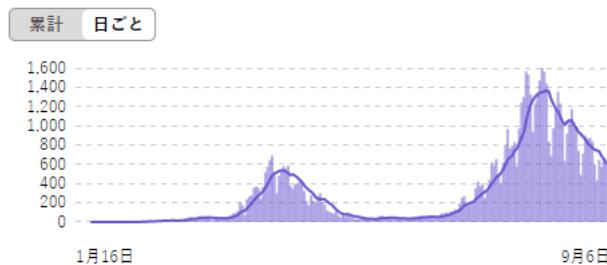
- ・咳等の飛沫とドアノブ等を介しての接触で感染する。
- ・症状が出る前から、他の人に感染させことがある。
- ・症状がない場合でも、他の人に感染させことがある。

### (対策)

- ・いくつかのワクチンが臨床試験で有望な結果を示している。
- ・レムデシビルとデキサメザゾンが治療薬として承認。

## これから新型コロナ予防

政府は新型コロナ対策として、2020年4月16日～5月25日まで緊急事態宣言を出して外出自粛を求め、国民の努力により感染は一時下火になりましたが、その後、PCR検査の実施件数増加もあって、8月第1週をピークとした感染者の再増加がありました。



(<https://www.asahi.com/special/corona/>)

日本が取っている感染対策は”The Hammer and the Dance”です。初めに外出制限などの強力な方法を取り(Hammer：金づちで叩くような)、その後は流行状況をみながら緩やかな対策(Dance)を取っている間に、治療法やワクチン開発を進めるとともに、免疫を持つ人を増やしていく方法です。風邪程度ですむ若年者の多くが免疫を持つようになると、「集団免疫」が獲得され、その集団免疫の壁に阻まれて、感染症は人から人に遷りにくくなります。

新たな感染者をゼロにすることを目指していない政策の中、重症化の恐れのある高齢者自身が感染予防、重症化予防に努めることがより大切になっています。

1. 換気をする。30分に1回、できれば対角線上に窓やドアをあける。
2. 人との距離を1.5m程度あける(社会的距離)。
3. 社会的距離が保てないときは、マスクを着用する。
4. 手洗いやアルコールによる手指消毒を心掛ける。  
スーパーなどで手のひらしか消毒していない人をよく見かけますが、肝心なのは指先の消毒です。
5. 食事・運動・睡眠など健康的な生活で免疫力を維持する。
6. 持病の治療を怠らない。
7. 季節性インフルエンザや肺炎球菌など、既存のワクチンは、かかりつけ医に相談の上、10月ごろまでに射っておく。