後遺症を抱えるケースも　子どもをコロナからどう守るか

2022/8/12　西田佐保子・毎日新聞 医療プレミア編集部 毎日新聞

いわゆる"コロナ後遺症"について、子どもの場合、学校に通えなくなることがあると話す東京都立小児総合医療センターの堀越裕歩さん。「『単にサボっているだけじゃないか』と言われる人もいるので、学校に理解してもらうことも重要」＝同センター提供

新型コロナウイルスのオミクロン株が猛威をふるう「第7波」で小児感染者が増加している。“後遺症”とみられる症状に苦しむ子どもも少なくない。東京都府中市にある小児専門病院「東京都立小児総合医療センター」感染症科の堀越裕歩（ゆうほ）医長に、感染予防対策から自宅療養中の注意点、後遺症外来などについて聞いた。【聞き手・西田佐保子】

子どものワクチン接種をどう考えるべきか

――新型コロナの感染から子どもを守るために周りの大人は何ができますか。

◆3密（密閉、密集、密接）を避け、マスクの着用、手洗いを徹底し、換気をよくする。これが一番効果的な対策です。大人は、新型コロナのワクチン接種が推奨（努力義務）されているので、3回接種（60歳以上の方、18歳以上60歳未満で基礎疾患を有する方は4回接種）をしていれば、家庭内にウイルスを持ち込むリスクを少し下げることはできます。

新型コロナウイルスのワクチン接種を受ける子ども（中央）＝東京都墨田区の同愛記念病院で2022年2月28日、佐々木順一撮影

――5歳以上の子どものワクチン接種はどのように判断すべきでしょうか。

◆それはリスクをどう考えるかにより変わります。

私がよく例に出して説明するのがインフルエンザウイルスです。

インフルエンザは、子どもが感染しても重症化したり亡くなったりするケースはほぼありません。一方、高齢者は重症化と死亡のリスクは少なからずあるため、毎年インフルエンザワクチンを打つことが推奨されています。

インフルエンザ感染による不愉快な症状が出るリスク、（子どものごくまれな）インフルエンザ脳症（合併症）による重症化や死亡をするリスク、または受験をする年なので感染するリスクを下げるためなどの理由により、インフルエンザワクチンを接種する子どももいます。このように、リスクの捉え方によって判断が変わります。

子どもの場合、新型コロナも高頻度に重症化したり死亡したりする病気ではないので、重症化予防という点ではほとんどの人が効果を実感できません。ごくまれなコロナの重症化と死亡のリスクをどう考えるかです。

新型コロナに感染するとさまざまな不快な症状、なかには長引く症状（後遺症）が出ます。それをある程度回避するのもワクチンのメリットです。ワクチン接種では、熱が出たり、痛かったり、だるかったりする副反応もあります。

ウイルスの感染そのものの予防に関しては、数カ月以上の時間がたったり、ワクチンが効きづらい変異株が出たりすると効果は期待できません。メリットとデメリットのバランスを考えて接種の判断をすることになります。

ただ、私たちは重症の子どもの患者さんをみています。治療が必要な患者さんの半数は、実は健康なお子さんです。健康なお子さんもまれではありますが、それなりに具合が悪くなったり亡くなったりします。それを防ぐのにワクチンは非常に有効な手段です。

新型コロナウイルスの小児接種用ワクチン＝岐阜市で2022年4月19日、黒詰拓也撮影

また、新型コロナで重篤な脳症になっている方の多くは、もともと健康で、かつコロナワクチンの接種対象ではない5歳未満、もしくは接種対象の5歳以上であってもコロナワクチンを打たれていないお子さんです。新型コロナの脳症の問題が日本で出てきたのは、比較的、最近のことです。新型コロナの合併症として怖い脳症があり、ワクチン接種で予防しようという理由にもなります。

なお、厚生労働省の専門家分科会は、成人と同様に小児への新型コロナワクチンを努力

義務にすることを決め、日本小児科学会は、すべての接種可能な子ども（5～17 歳）に推奨しました。安全性と有効性のデータがそろってきたからです。今後、希望するお子さんには、接種を進めていく必要があるでしょう。

――基礎疾患のある子どもの重症化予防にはなるのですね。

◆それはすごく実感しています。我々の病院に入院してくるお子さんですでに新型コロナワクチンを接種しているのは、さまざまな基礎疾患を複数お持ちの方です。入院はするものの、症状が進行して集中治療室に入る人はほとんどいません。

風邪を引いただけで具合が悪くなってしまうような基礎疾患のお子さんであっても、ワクチンを打っていれば重篤になることなく新型コロナ感染症をうまく乗り切って退院しているのをみると、成人と同様に重症化予防の効果を感じます。

もしもの時のために何を用意すべきか

プール開きで水しぶきをあげる子どもたち＝2022 年 6 月、藤原弘撮影

プール開きで水しぶきをあげる子どもたち＝2022年6月、藤原弘撮影

――保育園や学童保育、学習塾に通う子どもたちはどのような感染対策をとるべきでしょうか。

◆マスクの感染予防効果は実証されていますので、マスクができるお子さんであれば着用する。施設側の対応としては、換気をよくし、可能であれば、密にならないように子どもを“ばらけさせる”などしかないと思います。ゼロリスクは無理なので、少しでも感染リスクを下げる対策を目指すのが大切ではないでしょうか。

――プールや家族旅行などはどうでしょうか。

◆最も気を付けるべきは飛沫（ひまつ）感染なので、人との距離を空けるようにします。プールでは、着替えの部屋が狭くて密になるシチュエーションがあるかもしれませんね。

夏の旅行は、海や山などのオープンスペースであればあまり問題にならないでしょう。ここでも3密を避けるのが基本です。

――子どもが自宅療養になったときのために、今から準備できることはありますか。また、何に気を付ければよいでしょうか。

◆家族全員が陽性になってしまうと買い物にも行けなくなります。熱が出たときのために、解熱剤は必要な分をストックしておくのがいいでしょう。解熱や痛みを抑える成分「アセトアミノフェン」を含有した市販の解熱鎮痛薬は子どもでも安全に使用できてよいと思います。

療養中、脱水には注意が必要です。軽度の脱水症状があれば、適量の塩分を含んだ水分の補給が必要になります。夏の熱中症予防と同じです。粉末タイプのスポーツドリンク、経口補水液の準備をおすすめします。好きなスープやおみそ汁など塩分が含まれていれば代用可能です。

特に食欲が落ちて食べられないときに、食事からの塩分摂取がないままに、水やお茶など塩分がないものを中心にとっていると、塩分不足でも具合が悪くなることがあります。子どもが脱水になっていないか、呼吸が苦しそうではないか、意識がおかしくなっていないか観察して、問題があればちゅうちょせずに医療機関を受診してください。

理解を得にくいコロナ後遺症

――新型コロナの後遺症は子どもにもみられますか？

◆当院はいわゆる「後遺症（罹患＜りかん＞後症状）」を専門にした中学生以下の外来もしていますが、倦怠（けんたい）感、頭痛、味覚障害、嗅覚障害など、大人と同じような症状を訴えてきます。新型コロナの発症から2カ月以上症状が長引く場合、「コロナ罹患後症状」としています。多くは中学生ですが、小学1年生で受診する方もいます。

大人では就業が問題になりますが、子どもの場合、学校に通えなくなるケースがあります。4週間以上学校を休んでいるのは、我々で診ている子どもの3分の1です。学校側からは「単にサボっているだけじゃないか」と言われてしまう人もいるので、「回復に時間がかかっているので考慮してあげてください」といった内容の診断書を書くなど、学校に理解してもらうことも重要です。

診療では、苦しんでいるお子さんの話を聞いて、生活のアドバイスをします。また、基本的にすぐに治るわけではないので、子どもにも「まだ焦らなくていいですよ。時間はかかるけど、いずれ良くなるケースが多いので、じっくりみていきましょう」と話します。

治療は対症療法になります。頭痛や体の痛みには痛み止めを処方しますが、倦怠感に対する特効薬はありません。無理をせず、自分ができる範囲に生活を合わせるよう指導します。

なお、医学的に専門家はコロナ後遺症ではなくコロナ罹患後症状と呼びます。これには理由があって、後遺症というとコロナウイルスと何らかの因果関係があることになりますが、コロナウイルスとは関係なく症状が出ているケースもあるからです。

そのため、他に治療できる病気が隠れていないかどうか鑑別します。新型コロナ罹患後

に息苦しいから後遺症として受診してきても、単にぜんそく発作を起こしていただけで、ぜんそくの治療をしたら良くなった人もいます。コロナウイルスが原因ではなく、ほかの病気が起きているだけのこともあり、しっかりとした診断が大切です。

新型コロナに感染後、学校に行かなくなり、引きこもっているというお子さんがコロナ後遺症として紹介され、受診されるケースがあります。話を聞いてみると、数年前も不登校だったりします。確かにコロナがきっかけで通学できなくなったのかもしれませんが、コロナウイルスが悪さをしたためだけとは言い切れません。

発達障害が隠れているケースもあります。自閉症スペクトラムの診断がついていなくて、コロナにならなくても問題を生じたであろうというお子さんもいます。ご家族は「コロナ後遺症」を訴えて受診されますが、基礎に違う病態が隠れていることもあるのです。

我々はよく分からない原因の追究よりも、症状を改善させる、本人の回復や適応の手助けをするのがより重要な役目です。保護者や本人とどう良くしていくか、生活や学校環境の調整を目指し、必要があれば、小児の精神科、神経科、耳鼻咽喉（いんこう）科などに紹介しながら診療しています。

――子どもの新型コロナ感染を心配する保護者へのメッセージを。

◆あまり怖がらなくていいと言えると思います。幸いにして、新型コロナウイルスは子どもに対して病原性が高くはありません。ほとんどが自宅で安静にすることで回復します。繰り返しになりますが、脱水だったり、呼吸が早くて荒くなったり、意識状態が悪くなったりしたら緊急のサインですので、すぐに受診してください。

ほりこし・ゆうほ　東京都立小児総合医療センター感染症科医長。日本小児科学会専門医。日本小児感染症学会暫定指導医（専門医）。2001 年昭和大学医学部卒業。沖縄県立中部病院、アンコール小児病院（カンボジア）、昭和大学病院、国立成育医療研究センター、トロント小児病院感染症科（カナダ）を経て、10 年東京都立小児総合医療センターの感染症科。19 年世界保健機関（WHO）ナイジェリア事務所、20 年 WHO のマレーシア、ブルネイ、シンガポール事務所でワクチン対策、新型コロナ対策のコンサルタントを経て、21 年から現職。専門は小児感染症。