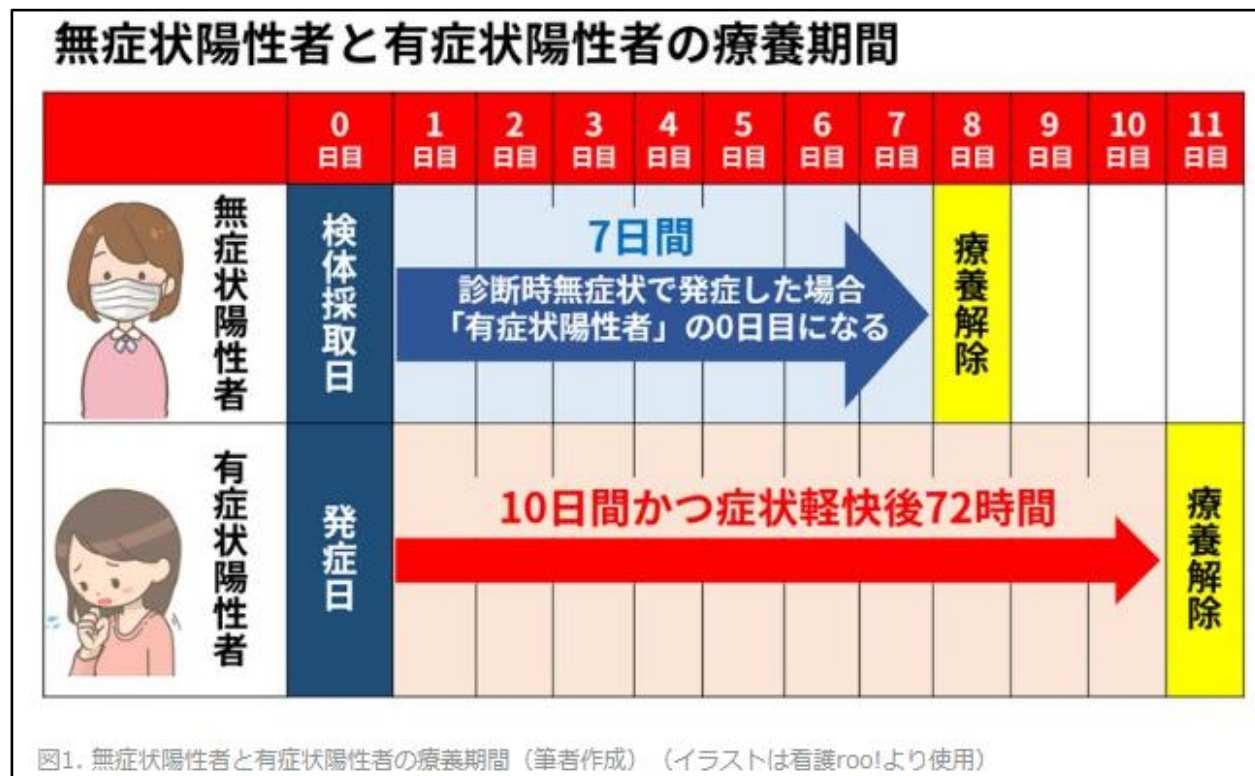


## 新型コロナの陽性者・濃厚接触者の療養期間・待機期間は？感染者の急増にそなえ確認を 2022/7/10 倉原優呼吸器内科医

第7波が第6波ほどの大きな波になるのか、小さな波になるのか予測は困難ですが、新規陽性者がじわじわ増えていることは確かです。新型コロナの陽性者・濃厚接触者の療養期間・待機期間を改めて確認しておきましょう

### 陽性者の療養期間

新型コロナが陽性となった場合、症状があるかないかで療養期間が変わります(図1)。無症状の場合は、濃厚接触者と同じく検体採取日を0日目とし8日目に解除となります。有症状の場合、発症日を0日目とし11日目に解除となります。



診断時に無症状だった人が途中で発症した場合、発症日を0日目として有症状陽性者扱いとなります。

陽性者の症状や重症化のリスク等を踏まえて、自治体の保健所が入院または宿泊療養施設への入所を判断することになります。宿泊療養施設に入所した場合、基本的に解除日が退所日となります。

「発症から5日が経過しておればマスクを着用して短時間外出してもよいのでは」という専門家からの見解もあったのですが、この原案は現時点では採用されていません。

### 濃厚接触者とは

濃厚接触者の定義は長らく変わっていません。自治体によって表記が異なりますが、概ね以下の通りとなります(図2)。

## 濃厚接触者の定義



陽性者（無症状者を含む）の感染可能期間<sup>※1</sup>に以下の接触があった場合

- 陽性者の同居者
- 陽性者と長時間の接触<sup>※2</sup>
- 適切な感染防護なしに患者(確定例)を診察、看護、介護していた人
- 陽性者の気道分泌液や体液などの汚染物質に直接接触した可能性が高い人
- 感染防止対策(お互いマスク着用等)なしに陽性者と1m以内で15分以上接触があった場合

- ※1 ・陽性者に症状がある場合：発症日2日前から診断後に隔離などを適用されるまでの期間。  
適用できない場合は、療養の解除基準を満たすまで。
- ・陽性者に症状がない場合：陽性判明日の2日前から診断後に隔離などを適用されるまでの期間。  
適用できない場合は、療養の解除基準を満たすまで。
- ※2 車内、航空機内等を含む。航空機内は検査陽性者の同行の家族のみが原則

図2. 濃厚接触者の定義（筆者作成）

陽性者と同居していると濃厚接触者になります。それ以外では「1m以内・15分以内」というのが原則です。

現在は医療機関や高齢者施設の発生例やクラスター発生などを除いて保健所の介入は行われておらず、事業所や各自が濃厚接触者かどうか判断することになります。

### 濃厚接触者の自宅待機期間

#### 陽性者と濃厚接触者が非同居の場合



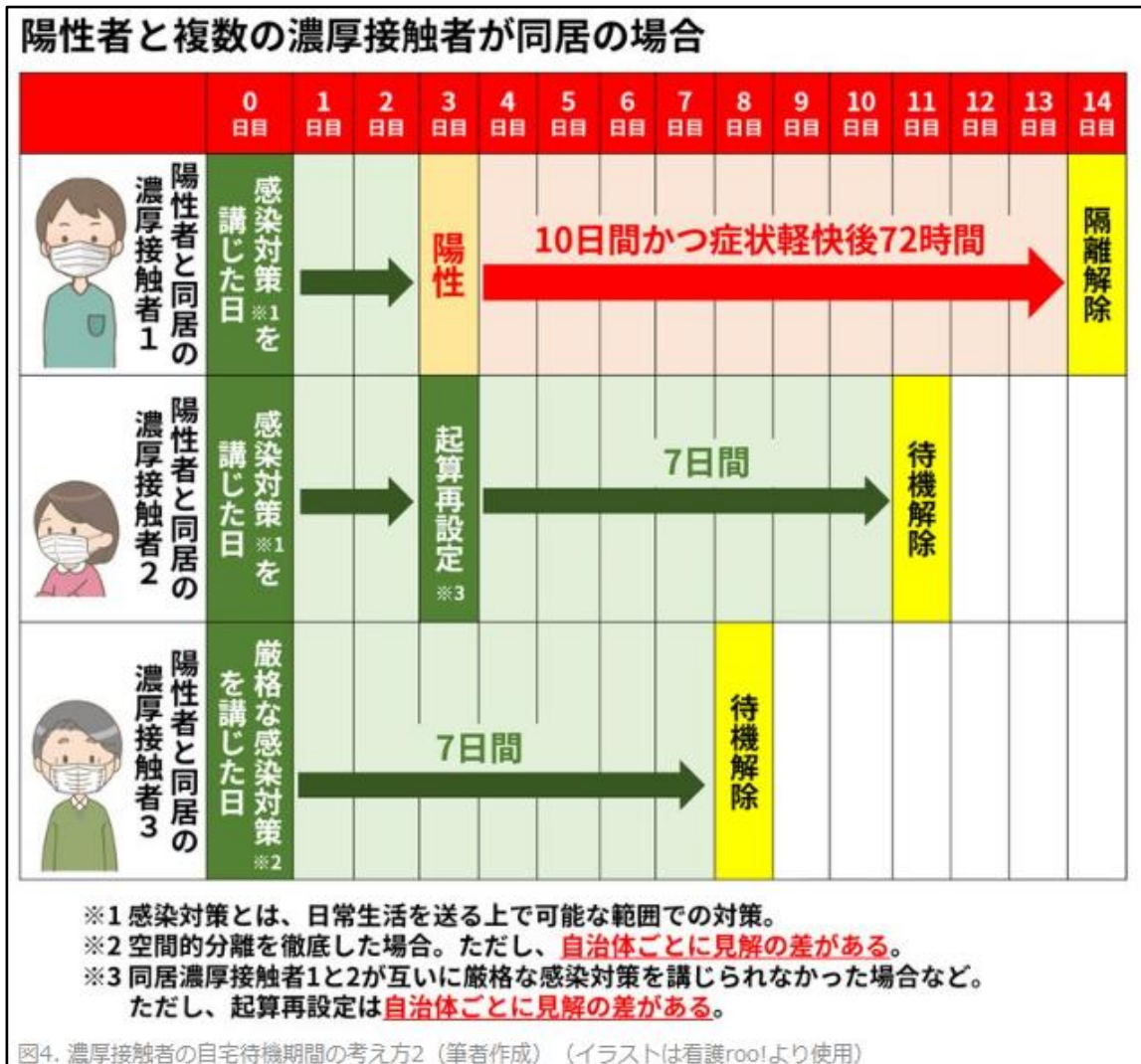
#### 陽性者と濃厚接触者が同居の場合



「濃厚接触者にそもそも待機は不要ではないか」という議論があり、個人的にも骨抜きにするならこの部分だと思っています。しかし現状、待機期間の規定は撤廃されていません。濃厚接触者の自宅待機期間は、「7日間」です。陽性者と非同居の場合は、最終接触日を0日目とし、8日目に解除となります(図3, 上段)。

陽性者と同居の場合は、同居陽性者の発症日(検体採取日)あるいは感染対策を取り始めた日のうち、遅い日を0日目とし、8日目に解除となります(図3, 下段)。現実的には、同居者が陽性と判明したその日から感染対策を講じることになります。

同一世帯内で濃厚接触者が次々と新型コロナを発症した場合の解釈は少し難しくなります。濃厚接触者が不運にも新型コロナを発症して陽性になった場合、その時点で濃厚接触者ではなくなりますから、陽性者として10日間の療養期間が発生します(図4, 上段)。



通常感染対策を継続している場合、最後の家族が陽性になった日から7日間自宅待機をすることが多いです(図4, 中段)。当然、通常の待機期間よりも長くなります。

しかし、当初から部屋を徹底的に分離するなどの厳格な感染対策ができておれば、最初の陽性者に対して対策を講じた日を起算として8日目の解除でよいとする自治体もあります(図4, 下段)。


このあたりは自治体によって解釈が異なるため、お住まいの自治体のウェブサイトを確認するようにしてください。

とは言いつつも、もはや濃厚接触者の同定そのものが緩和されていることから、こうした規定は骨抜きになりつつあります。雇用者や濃厚接触者自身の判断に委ねられている部分が多いです。

**濃厚接触者の自宅待機期間の短縮**

濃厚接触者になった医療従事者（救急隊員を含む）、介護従事者、保育所・幼稚園・小学校等職員、障害者支援施設等の従事者は毎日検査を行うことで就業が可能です。

一般の人も、4日目と5日目に検査をおこなうことで、自宅待機期間を5日に短縮することが可能です(図5)。ただ、短縮できるのはわずかな日数なので、ここまでやっている人はあまり多くない印象です。

	0日目 (最終接触日)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
<b>勤務を継続する濃厚接触者</b> ・医療従事者（救急隊員を含む） ・介護従事者 ・保育所・幼稚園・小学校等職員 ・障害者支援施設等の従事者		検査 ※1	検査 ※1	検査 ※1	検査 ※1	検査 ※1	解除		
<b>上記以外の濃厚接触者</b> 		不要不急の外出自粛			検査 ※2	検査 ※2	解除		
		不要不急の外出自粛				検査 ※3	解除		
		不要不急の外出自粛						解除	

※1 承認されている検査ならばいずれでも可  
 ※2 抗原定性検査（抗原検査キット）  
 ※3 PCR検査または抗原定量検査

図5. 濃厚接触者の自宅待機期間と検査による期間短縮の考え方（筆者作成）

## まとめ

感染者数が増えている現状において、陽性者・濃厚接触者の療養期間・待機期間を緩和することは難しそうに思われますが、今後さらに弱毒化したウイルスが主体となる場合、いずれ緩和がすすむものと期待されます。

夏場に新型コロナに感染して発熱すると、熱中症リスクが高くなります。水分や電解質をこまめに摂取し、脱水症状を防ぐよう心がけましょう。