

## 陽性者の療養期間が短縮 陽性者の療養期間・濃厚接触者の待機期間のまとめ

9/8 倉原優呼吸器内科医



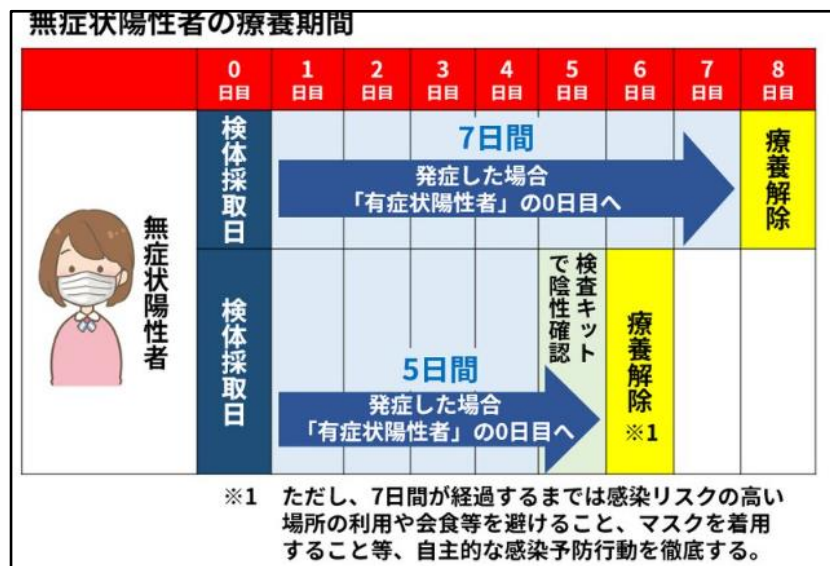
第7波では過去最多の感染者数を記録し、多くの高齢者が亡くなりました。ウイルスがデルタ株の頃よりも弱毒化していることと、感染者が多いがゆえに社会生活がままならないことから、政府は9月7日に新型コロナ陽性者のさらなる療養期間短縮を決定しました。同日から適用となります。改めて、新型コロナの濃厚接触者・陽性者の待機・隔離期間を確認しておきましょう。

### 新型コロナ陽性者の療養期間が短縮

あなたがもし新型コロナに感染した場合、無症状あるいは軽症であれば、入院ではなく基本的に自宅療養となります。重症化リスク因子があるような場合は、宿泊療養となります。

最近、軽症者に対して発生届を提出しなくてもよい自治体が出てきています。自治体によって対応が異なるため、まずは自治体のウェブサイトをチェックするようにしてください。

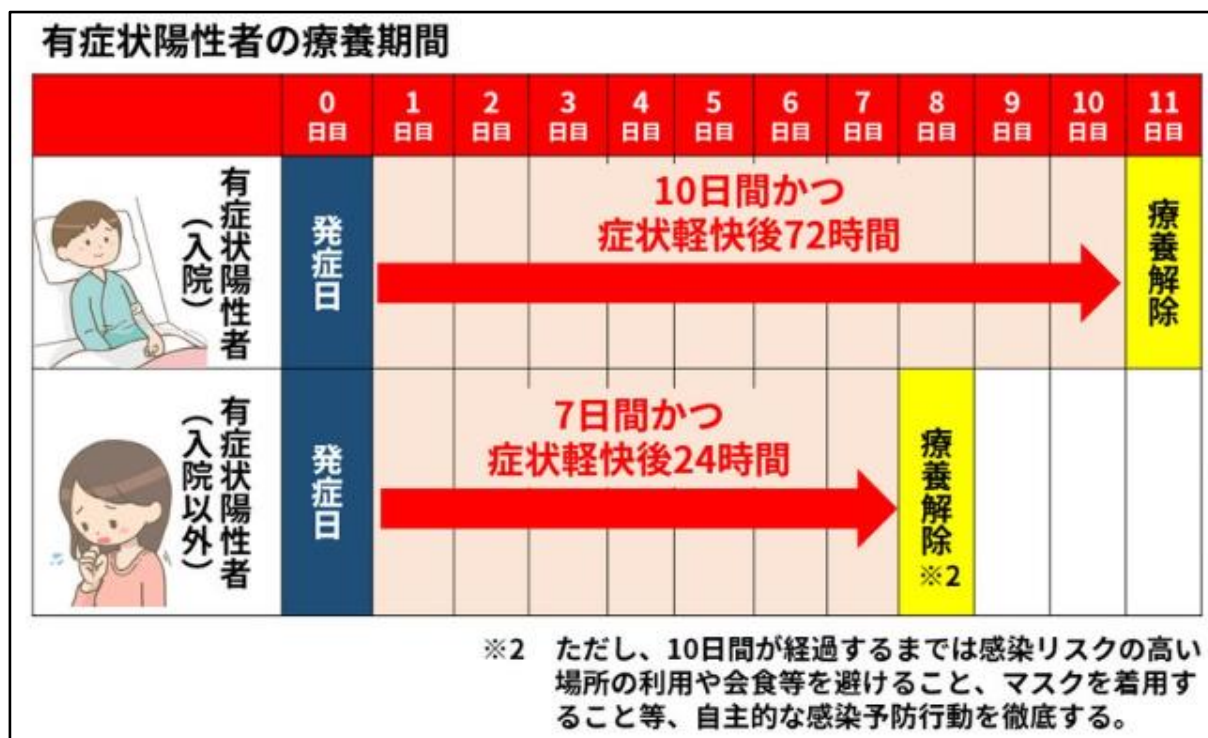
さて9月7日に、陽性者の療養期間が短縮されました(1)。無症状の場合、検体採取日を0日目とし基本的には8日目から解除となります。ただし、5日目に検査キットで陰性を確認すれば6日目から解除となります(図1)。診断時に無症状だった人が途中で新型コロナを発症した場合、発



症日を0日目と再設定して有症状陽性者扱いとなります。

有症状の場合、入院している場合と入院していない場合で療養期間が変わります。

入院している場合、従来と同じように発症日を0日目とし症状軽快から72時間経過していれば11日目に解除となります。高齢者施設に入所している人は、入院している場合と同じく長めの療養期間となります。入院していない場合、発症日を0日目とし症状軽快から24時間経過していれば8日目に解除となります(図2)。



ウイルスが弱毒化していることと、感染者が多いがゆえに社会生活がままならないことから、緩和せざるを得なかった側面もあります。

PCRで陽性が確定した後、感染性の新型コロナウイルスが検出されなくなるまでの期間は、オミクロン株で約5日間とされています(2)。また、国立感染研のデータでは10日を超えての感染リスクは低いとされています(3)。

日本はマスク着用率が高い国なので、この短縮には一定の妥当性はあるかと思えます。ただ、ウイルス排出は個々のばらつきが非常に大きく、入院していない場合であっても、一律7日間で安心できるわけではない点も理解しておくべきです。

#### 濃厚接触者の自宅待機期間は5日間

濃厚接触者の定義は長らく変更ありません(図2)。もはや保健所も濃厚接触者を同定しておらず、この定義の存在意義も乏しいことから、個人的にはそろそろ不要ではないかとすら思っています。

## 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触れた可能性が高い人
- 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）

現在の規定では、最終接触日を0日目とし6日目に解除となります(図3)

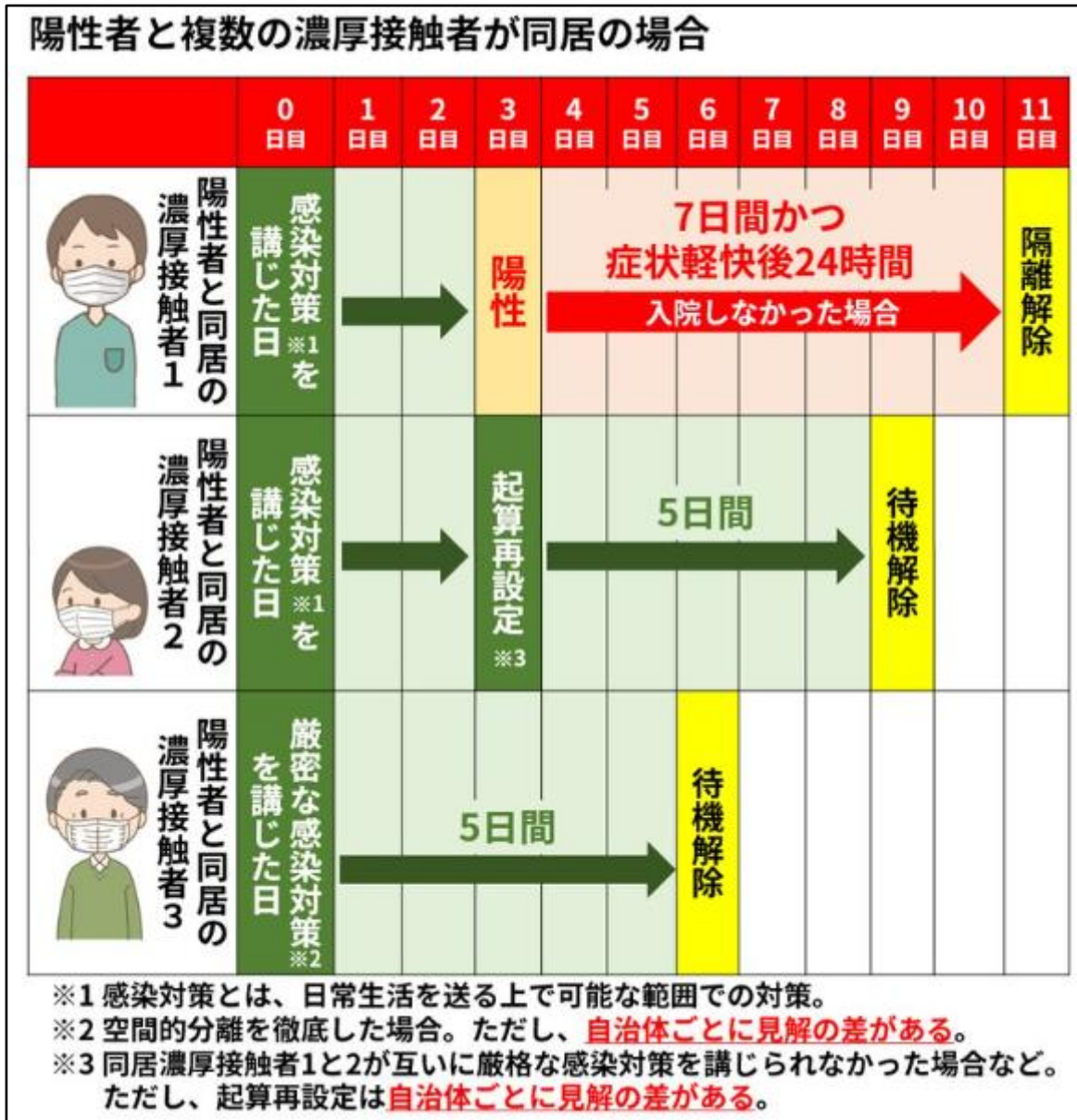
## 濃厚接触者の待機期間

	0 日目	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 日目
陽性者と非同居の濃厚接触者 最終接触日	5日間						待機解除
陽性者と同居の濃厚接触者 感染対策 <sup>※1</sup> を講じた日	5日間						待機解除

※1 感染対策とは、日常生活を送る上で可能な範囲での対策。

同一世帯内で濃厚接触者が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。濃厚接触者が新型コロナを発症した場合、陽性者として7日間の療養期間が発生します(図4、

上段)。通常の感染対策下では、最後の家族が陽性になった日から5日間自宅待機をすることになります(図4,中段)。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通常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。



#### 検査を用いた濃厚接触者の自宅待機期間短縮

濃厚接触者になった場合、2日目と3日目の検査で陰性が確認されれば、最短3日で待機が解除可能です。濃厚接触解除のために、発熱外来等の医療機関を受診することは避けましょう。あくまで自己検査にて行うべきと考えます。

医療従事者や介護従事者等は、毎日検査しながら勤務することがすでに認められているため、一般の人と少し差異があります(図5)。検査をしない場合、一般の人でも医療従事者も、上述したように6日目から解除となります。

	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 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	検査陰性 ※1	検査陰性 ※1	検査陰性 ※1	解除		
<b>濃厚接触者</b> ・医療従事者（救急隊員を含む） 	外出を控える	検査陰性 ※2	検査陰性 ※2	解除		
	外出を控える	検査陰性 ※3		解除		
	外出を控える					解除
<b>上記以外の濃厚接触者</b> 	外出を控える	検査陰性 ※2	検査陰性 ※2	解除		
	外出を控える					解除

**0日目（最終接触日）**

※1 PCR検査または抗原定量検査  
 （やむを得ない場合は抗原定性検査【抗原検査キット】）  
 ※2 抗原定性検査（抗原検査キット）**ただし、発熱外来の利用は控えてください**  
 ※3 PCR検査または抗原定量検査

まとめ

療養期間や待機期間は徐々に緩和されつつあります。ウイルス排出は個々のばらつきが非常に大きく、「この期間だから安心できる」といった絶対的な基準はありません。

日本はウィズコロナに舵を切っていますが、感染リスクの高い場所の利用や会食等を避けること、マスクを着用すること等、自主的な感染予防行動を継続することが重要です。