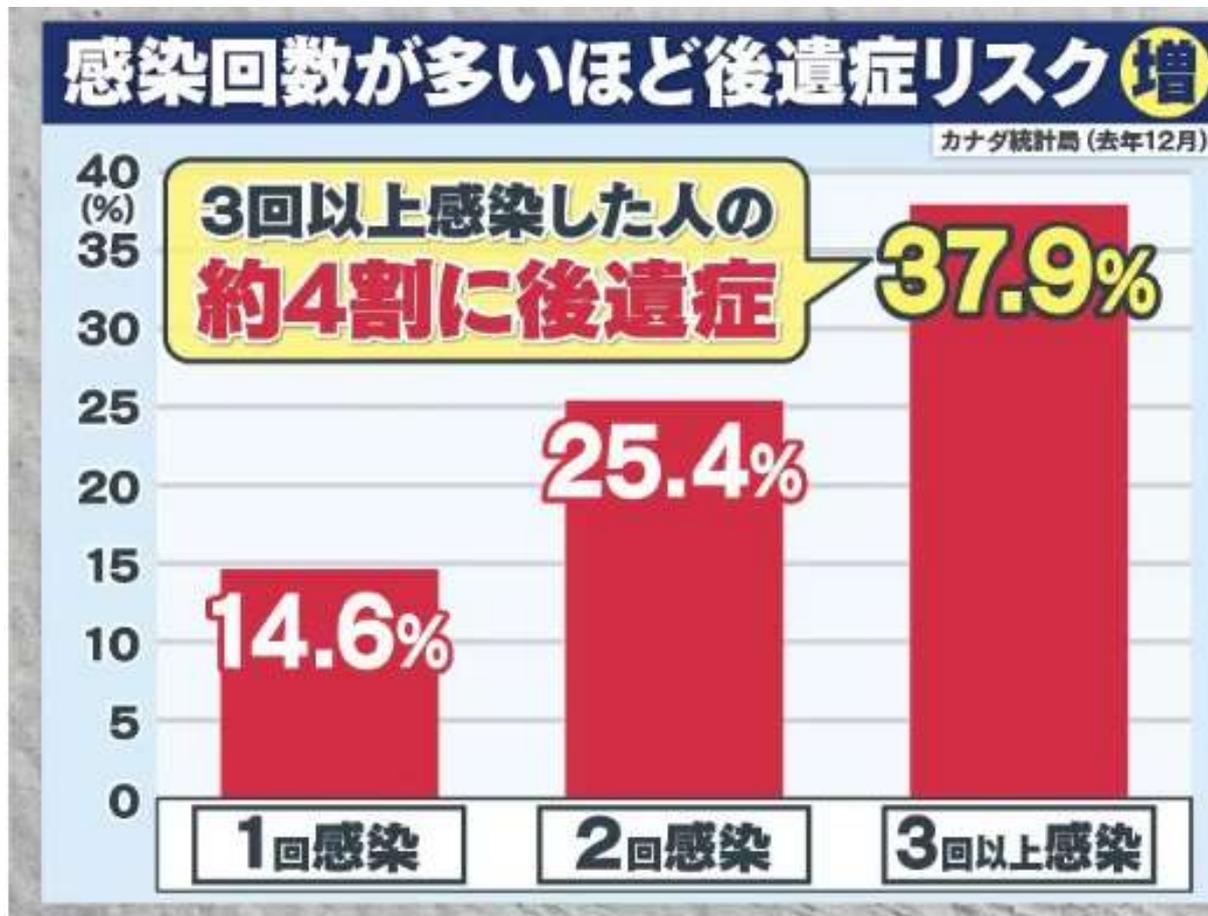


新型コロナ・減らない“後遺症”患者 感染回数増でリスク増加…3 日以上動けなくなる「クラッシュ」とは？

8/20 FNN プライムオンライン

新型コロナウイルスが 5 類に移行してから 1 年以上、医療機関には、いまだに後遺症に悩む患者が後を絶たないといいます。



コロナ後遺症に悩む女性 (40 代) :

肩の痛みがどんどんひどくなって、寝るのも妨げられる痛みなんですけど…。

リモート診療で、医師に苦しい現状を訴えるのは、九州に住む 40 代の女性。1 年以上前に新型コロナに感染、それ以来、後遺症に苦しんでいます。

1 日でも多いときは 70 人以上のコロナ後遺症患者が訪れるという、「ヒラハタクリニック」によると、毎日午前 9 時半から午後 8 時まで診察を行っているものの、後遺症外来は 3 カ月先まで予約で埋まり、その数は一向に減らないといいます。

2 年前の夏に新型コロナに感染してから、強い倦怠感や集中力の低下を引き起こす「ブレインフォグ」などの重い後遺症に苦しんでいるという 30 代の男性は、後遺症で外出するのもつらい状況だと話します。

コロナ後遺症に悩む男性 (30 代) :

なんだか力が出ない感じですかね、活力がない。外に頑張ろうとしても、1~2 分で限界ですね。シャワー浴びるのも…相当気合がいりますね。

動きたくても“動けない”「クラッシュ」

コロナ感染者の約 4 人に 1 人が苦しめられているという“コロナ後遺症”。

「ヒラハタクリニック」の院長で、東京 iCDC 後遺症タスクフォースメンバーでもある、平畑光一医師によると、4年半もの間、後遺症に悩まされ続けているという患者もいます。

平畑光一医師：

どの臓器にどういう症状が出てきてもおかしくはないというのが、この後遺症の怖いところということになります。

「クラッシュ」とは、もともとは筋痛性脳脊髄炎、慢性疲労症候群という疾患の症状なんですね。ぐっと動けなくなる、例えば、ご飯食べるとかトイレに行くぐらいのことはできるけども、それ以上のことは何もできなくなる。体が鉛のように重くなり、動きませんっていうのが3日以上続く、これが「クラッシュ」ということになります。

倦怠感など自覚症状の軽い後遺症の中、仕事の復帰。運動・ストレス・頭脳労働などで、一定の負荷を超えると、突発的に3日以上寝込んで、ほとんど動けなくなる「クラッシュ」という症状。

——何かきっかけはあるのでしょうか？

平畑光一医師：

近所への買い物とか、家族との喧嘩とか、リモート会議への参加とか、普段であれば全然たいしたことはないものでも、コロナ後遺症になっているとそういったことがきっかけで、クラッシュになってしまうと。

——付加がかかった後に動けなくなるという事は、後遺症以外であると思いますが、どのように判断すればいいのでしょうか？

「やる気が起きなくなる」ということであれば、ちょっと抑うつみたいな事もあると思います。ただ、この「クラッシュ」の場合は、やりたいことがいっぱいあるけれども、体の方が言うことを聞いてくれない。鉛のように重くなっていると。その差がすごく大きいかなと。

うつ病の方も、動きたいという気持ちはあるんですけども、“動かそうと思っている体が動かない”、そこの差かなと。

感染回数で後遺症の確立が上がる

新型コロナの症状が治まった後も、苦しめる“後遺症”。

カナダ統計局（2023年12月）によると、感染回数が増えることによって、後遺症になる割合が1回目は14.6%、2回目は25.4%、3回以上は37.9%と、どんどん増加していくといます。

平畑光一医師：

コロナのウイルスというのは、感染した後ずっと、体の中に居続けるんです。この残っているウイルスがどんどん積み重なって行って、ある時点をこえた時に後遺症が出てくると言われています。

——回数以外に要因は？

色々言われています。後遺症になりやすい方というのは、中高年に多いとか、女性に多いとか。ただ、どの方でもなり得るという事は間違いないので、そこを間違えてはいけないと思います。

——絶対に罹患しないという事は難しいですが、後遺症にならないためにはどうしたらよ

いのでしょうか？

そうですね、やはり基本的な感染予防ですよね。マスクとか、うがい、鼻うがいもすごく有効だと言われていますので、そういう事を徹底していただいて、可能な限り予防する。その上でかかってしまった場合には、2カ月無理をしないことが大事になってきます。2カ月無理をしないと、後遺症の重症化を予防できますので。

後遺症との向き合い方と予防

後遺症は、生活にも大きな影響を及ぼします。

平畑師のクリニックでは、後遺症になった労働者 4102 人中、時短・在宅に変更 318 人、欠勤しながら就業 342 人、休職 1635 人、退職・解雇・廃業 517 人、計 2812 人、約 7 割の働き方に影響が出たといえます。

——コロナ後遺症との向き合い方は何が必要でしょうか？

平畑光一医師：

抑うつもすごく大事なので、場合によっては精神科とか心療内科と後遺症外来、両方かかるというのも一つの手だと思います。また、関連する症状がある場合は、その科の検査を受けることが大切になってきます。治療が長期化することが結構ありますので、その場合は年単位かかることもあるんですが、新しい治療法は必ず出てきますので、決して希望を捨てることなく、治療に取り組んでいただきたいと思います。

（「めざまし 8」 8 月 20 日放送より）