

新型コロナ後遺症で現れる心臓の症状への適切な対処法

2025/03/わや 日刊ゲンダイ



天野篤氏 (c) 日刊ゲンダイ

新型コロナウイルス感染症が「5 類」に移行してからも、うすぐ2年になります。5 類感染症とは、感染症法での分類のうち、感染力や重篤性などに基づく総合的な観点からみた危険性が最も低いとされるものが該当します。

たしかに、ワクチンの普及やウイルスの弱毒化などによって、新型コロナ感染症の重症化率や死亡率は大幅に下がっています。しかしその一方で、「ロングコビット」と呼ばれるいわゆるコロナ後遺症に悩む人たちはいまだに少なくありません。WHO（世界保健機関）によると、コロナ後遺症は感染者のおよそ10～20%に発症するとされていて、診断から数年後にも症状が残っているケースも報告さ

れています。いまの新型コロナ感染症は急性期の治療だけでなく、慢性的に抱える後遺症が問題になっているのです。

コロナ後遺症の症状はせき、息切れ、疲労・倦怠感、記憶障害、集中力低下、味覚障害、嗅覚障害などさまざまですが、中でも、動悸、息切れ、胸痛、頻脈といった心臓症状を訴えるケースが目立ちます。なぜ、新型コロナウイルス感染の後遺症として心臓症状が起るのかは、はっきりわかっていませんが、いくつか研究が報告されています。

まずは、急性期の症状が軽快した後もウイルスが体内に残り続け、持続感染が関与しているという見解です。海外の研究では、後遺症の症状があった人は、症状がなかった人に比べて、血液中に新型コロナウイルスのタンパク質が検出される確率が約2倍高かったことがわかりました。通常の場合、ウイルスは急性感染後は速やかに体内から排除されますが、新型コロナはウイルス粒子が残って検出されない状態で存在し、後遺症の原因になっている可能性があるのです。

ほかには、コロナ感染によって形成された微小な血栓が血管を塞ぎ、体内の酸素交換を制限するという見方です。新型コロナウイルス感染症では、過度の炎症、血小板の活性化、内皮機能不全、うっ血などによって、動脈系と静脈系の両方で血栓性疾患を起こしやすいという報告がありますし、急性期後も息切れや胸痛につながる可能性があるのです。

最近、後遺症の原因として有力視されているのが、コロナ感染によって生成された自己抗体が“悪さ”をしているという意見です。自己抗体とは、ウイルスに対してではなく自分の組織や臓器に対して生成される抗体で、コロナ後遺症の患者の血液中には、新型コロナに感染したことがない人や、早く回復した人の血液中には存在しない特異的な自己抗体が確認されました。さらに、コロナ後遺症がある人の自己抗体を健康なマウスに移植すると、コロナ後遺症のような症状を発症することがわかったといます。コロナ感染によって生じた免疫反応の異常が自己抗体の生成を引き起こし、その自己抗体が後遺症に関連してある種の膠原病に類似した病態を示してくる可能性が指摘されています。

■生活習慣の見直しが有効なケースも

こうしたようにコロナ後遺症が起こる原因は、いずれ明らかになっていくでしょう。ただいずれにせよ、**コロナ後遺症の心臓症状に悩んでいる場合、適切な対応が必要です。**コ

コロナ後遺症には、日常生活に支障が出るほど重症であるケースと、軽症だが長期間続いてつらいという場合もあります。

まずは、新型コロナに感染して重症肺炎になってしまったり、新型コロナ感染症と診断されて 38 度以上の高熱が 4 日以上続いた場合は、症状が回復してから後遺症が起こる可能性があると考え、受診している医療機関と綿密に連絡を取りながら、自分の体調を慎重に見極め社会復帰を目指しましょう。

コロナ後遺症で心臓症状が現れた場合、肺動脈血栓塞栓症で肺高血圧の状態があるなど重症例では、症状や重症度によって、抗凝固療法、血栓溶解療法、カテーテル治療、外科手術といった専門的な治療が必要になります。血液を全身に送るポンプの役割を担っている心臓の左側に大きな問題がなければ、これらの治療によって日常生活に支障がない程度までしっかり回復可能です。ただし、心臓の左側に以前の心筋梗塞で心筋が壊死した痕があったり、心臓弁膜症が残って慢性左心不全の状態が残ると十分な回復が難しくなり、行動制限や在宅酸素療法を継続しなければならない可能性が高くなります。いずれにせよ適切な治療を受けられる医療機関を受診することが大切です。

コロナ後遺症が息切れや動悸、胸痛といった軽症だった場合、薬を使った治療として、血圧を下げて心臓を保護する ACE 阻害薬、交感神経の活動を抑える β 遮断薬、漢方薬などが使われています。ただ、これらは対症療法で決定的な根本治療ではありません。

コロナ後遺症で心臓症状が現れる患者さんは、もともと基礎体力が低下していたり、高血圧、高血糖、高コレステロールなどの生活習慣病を抱えているか、その予備群だったり、普段の食事に偏りがある、睡眠が不十分、運動不足といった生活習慣に問題がある場合が多く見られるといます。それまで自覚はなかったとしても、そうしたトラブルの火種を抱えていた人が、コロナ感染がきっかけになって後遺症という形で心臓症状が現れるというケースが少なくないのです。

ですから、**まずは生活習慣を見直したうえで、日頃の運動で基礎体力の向上を図る対策を実践するのが有効とされています。**それでも改善しなければ、専門の医療機関を受診し、きちんとしたトレーナーのいるスポーツジムを探して体力向上や健康増進について相談し、継続していくしかありません。

いずれにしても、コロナ感染後も心臓症状が続いた場合、まずはそれがコロナ感染によるものなのか、もともとの生活習慣に問題があって感染後にそれまで未経験だった症状が現れているのかをきちんと鑑別してもらえる医療機関で診療を受けることが重要です。自治体が発表している新型コロナ後遺症対応医療機関の中から、高度な医療にも対応できるような施設や信頼できる医師を探して受診することをおすすめします。