

今週のコロナニュース

令和5年3月1日

もうすぐ春ですね。ユーミンの春よ来いのイントロが好きすぎてその昔は携帯電話の着メロにしていたくらいなのですが、Youtubeで聞こうと思ったら大黒摩季の夏が来るがあったので聞いてみました。

・・・この曲、大人になって聞くとヤバイですね。グサグサ刺さるわ～。いや、女の人目線の歌だし今の時代に合わないのはわかっているけど、聞くだけで動悸がしはじめるし、息が苦しくなって過呼吸になりそう。歌詞の一つ一つがクリティカルヒットしますわ。。なんなんこれ。

子供の頃に聞いていたときはよくわからなかったけど、今聞くとここまで印象が変わるとはと言う事で、スラムダンクも映画化したしこれは大黒摩季さん再評価路線ですな。

・・・あなただけ見つめてるもかなり効くな～。苦しい～。

マスクについても解除が始まりますね

新型コロナウイルス感染症対策

これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが

令和5年3月13日から

マスク着用は個人の判断が基本となります

ただし、以下のような場合には注意しましょう

周囲の方に、感染を広げないために

マスクを着用しましょう



受診時や医療機関・
高齢者施設などを訪問する時



通勤ラッシュ時など混雑した
電車・バスに乗車する時

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です



高齢者



慢性肝臓病
がん
心血管疾患 など

基礎疾患を有する方



妊婦

重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、
個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります

3月13日からマスクに関して解除が出来るようになりますね。
といってもつけたい人に対して外しなさいって事ではないので、別に花粉症とかも含めてつけている人はつけていいとは思っています。

ただ、医療機関とか満員の公共交通機関などではつけましょうと言うことになっていますので、各種病院などではマスクをつけるということですね。

考え方は
マスクは「自分を守るモノ」というよりかは「人にうつさないモノ」

感染をしているかと思ったなら人と接触しない。咳とかくしゃみとか出るのであればキチンとマスクをすること。

こういった以前から言われている感染対策とエチケットは忘れないようにしましょうね。

と言う事ですね。

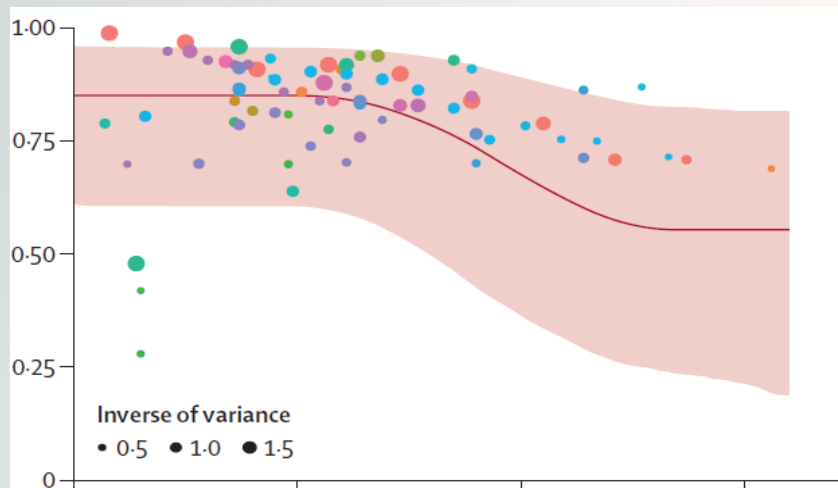
再感染再感染再感染

結局、一回感染した人がもう一回感染するのか、いつまで無敵状態が続くのかって結構大事ですよ。

みんな無敵なら感染歴がある人だけなら飲み会出来るとかそういう話。でもそんなうまい話は無いです。最近はどう言われているのかな

再感染の論文をまとめたデータがでました。

で、大事ななのは“デルタ(旧型)まで→オミクロン“なのか”オミクロン→オミクロン“なのか。ですよ。

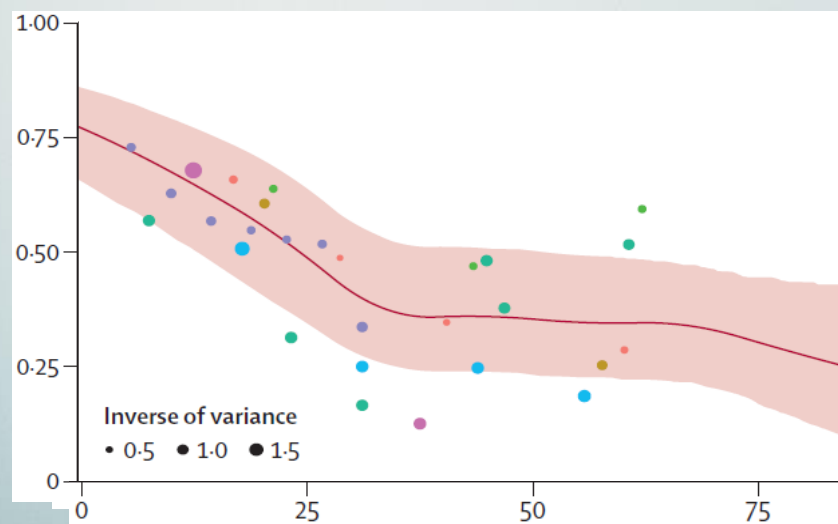


旧型コロナ→旧型コロナの予防効果

感染	82%–90%
症状	85%–87%
重症化	78–97%

旧型コロナ→オミクロンの予防効果

感染	45.3%
症状	44.0%
重症化	81.9%



オミクロン→オミクロンの予防効果

感染	78%くらい
症状	76.2%くらい

てな感じみたいです。この効果は40週間くらいは持続しそう。と想定されているようです。要するに、デルタまでに感染した人はオミクロンには感染するけど、オミクロン同士は多少予防できる。

現在の状況なら少なくともオミクロンBA.5に感染した人は次のオミクロンまで数ヶ月間は感染“しにくい“という状態は続きそうですね。

結局の所ワクチンほどのくらい効果続くの？

ワクチンが出来てから2年が経過しました。このワクチンは色々効果について言われてきたけど、とりあえず今の時点でどの程度効果が続くのかというのがまとめられたようです。概ねイメージ通りでしたよ。

二回接種		経過日数(日目)							
		14-42	112-139	140-167	168-195	196-223	224-251	252-279	280-307
	感染予防	83%	62%	56%	51%	56%	50%	49%	47%
全コロナ感 染	入院予防	92%	89%	86%	83%	82%	79%		
	死亡率低下	91%	91%	85%	86%				
	感染予防	61%	36%	31%	21%	34%			
オミクロン	入院予防	71%			52%				

ブースター	経過日数(日目)			
		7-28	84-111	112-139
	感染予防	67%	51%	40%
オミクロン	入院予防	89%	74%	71%

「数字のイメージ」
90%以上・・・あり得ないくらい効果あり
70%-90%・・・普段の生活でも目に見えて違う
50%-70%・・・効かないという人が出始めるけど効果はある
30%-50%・・・病院以外の普段の生活ではわかりにくい
30%以下・・・正直効果は実感できない

数字ばかりでよくわからないけど、要するに感染予防効果は「三ヶ月くらいでだいぶ落ちるけど0になるわけではない」「入院とか重症化予防は半年しても結構高い時間残る。」とっていただいていいと思います。
これをもってあとはこのワクチンに何を求めるかですな。

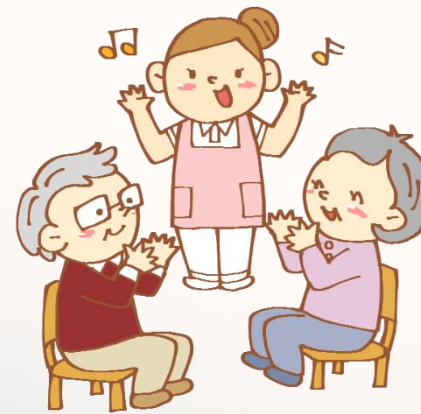
病は気から？ 風邪はどこから？

新型コロナが出てから三年間。初期の頃はソーシャルディスタンスとかロックダウンとかで、とにかく人との接触を断つように言われておりました。特に高齢者はあまり出歩くことがなくなってしまったため、体力が落ちたりするようなことも多かったです。

そうするとコロナ感染の重症度や、その後の症状遷延と活動性の低下が関係しているのかと言う事が気になると言うことでポーランドからまとめられた報告です。

「65歳以上で感染後4週間以上症状が続くことの関連因子」

- ・病気の重症度
- ・普段からの運動不足
- ・普段からのストレス
- ・COLD
- ・心臓血管疾患
- ・女性
- ・ワクチン接種数



「65歳以上で重症度との関連因子」

- ・過去3ヶ月で運動の習慣がない
- ・心臓の疾患がある
- ・COPDがある
- ・2021年までの感染

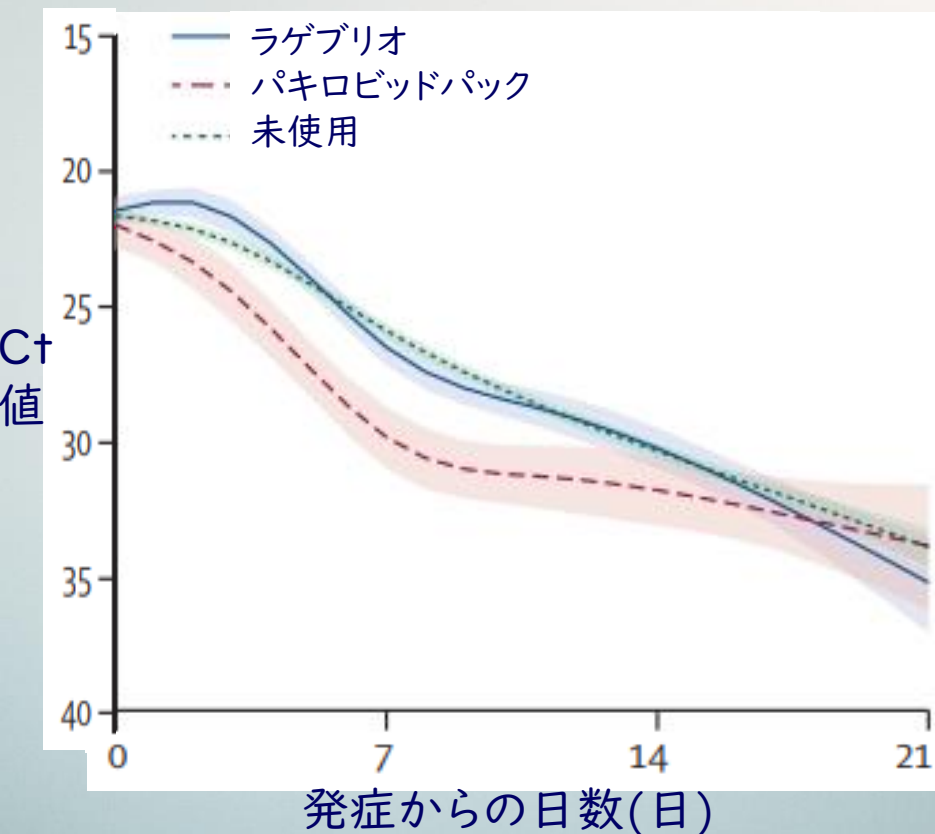
つまり、病気自体の重症度や併存疾患ももちろん重症度や症状遷延と関連がするけれど、もともとの運動不足やストレスを感じやすいかどうかなども関連しそうである。というお話でした。

一概には言えないけれど、普段から運動習慣などをつけて健康的な生活をしておくことは大切であるというのはどんなときも大切だって事ですね。

内服抗ウイルス薬を使うとリバウンド(再燃)するってホント？

リバウンドと言えばスラムダンクの映画見たいなと思っているのですが、同じリバウンドでも、一旦病気が治った人が2週間後くらいにまたウイルスが増え始めるって現象がたまに報告されます。

PCRの方法によってウイルスの量がわかるヤツ(RT-PCR)があるんですが、それで経時的にウイルス量をみると、治療後にしばらくして増えていると言う事ですが、最初はパキロビッドパックで多いともいわれてました。で、ラゲブリオ約500人、パキロビッドパック約250人、未使用約3700人のデータをまとめたのがこちら。



このCt値ってのは数字が大きいほどウイルスが少ないって意味で、グラフが下に行くほどウイルスが少ないわけです。30より大きくなるとほぼ感染力がないとも言われます。

結論から言うと

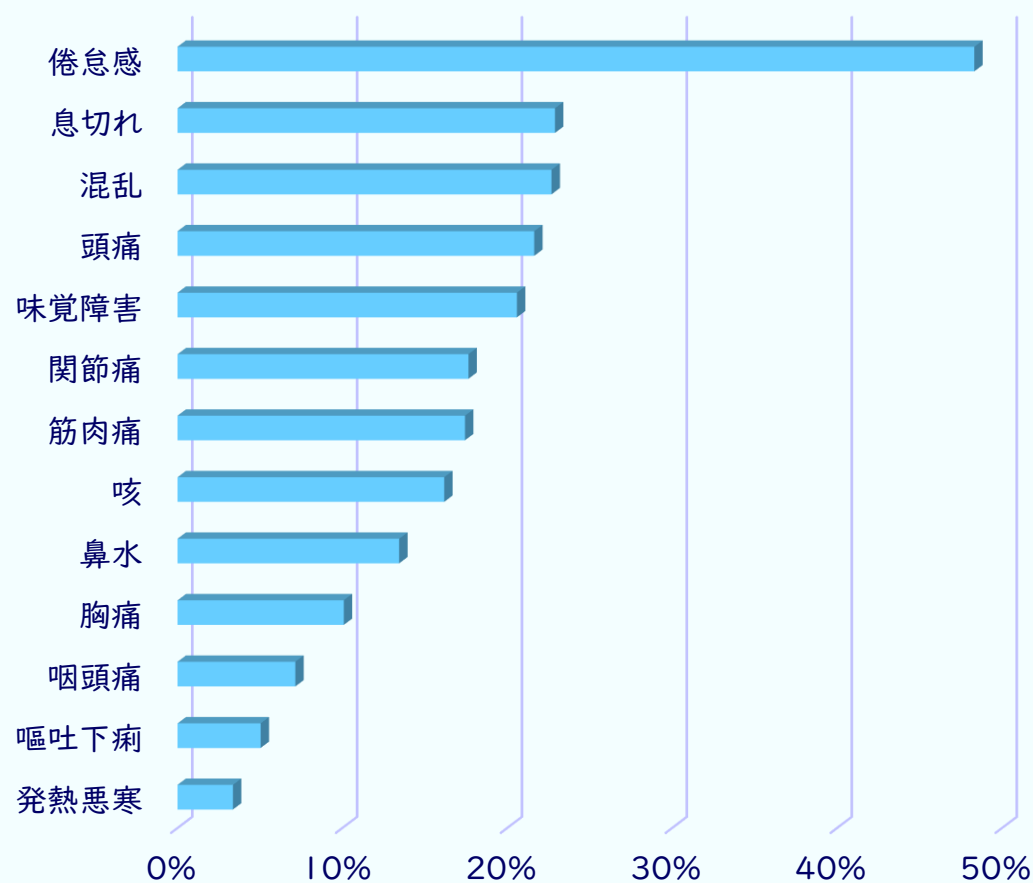
- ・薬を飲んでも飲まなくても4-7%の患者は発症から1-2週間後にウイルス量(Ct値)の上昇を認める。
- ・特に“18歳-65歳”、“免疫不全者”、“ワクチン済み”に出やすい傾向
- ・でも総じてその後の予後は増えていない人と変わらなかった。

と言う事で、飲んでも飲まなくてもそういうことがあるみたいだけど、だからといってどうなると言うことでもないよ。と言う事のようにです。気にせず治療薬はキチンと使いましょう!!

後遺症ってどういう人になりやすいの？

罹患後症状(後遺症)ってのは3月以上続くのが1つの定義になるんですけど、なにかの症状が1ヶ月以上続く人ってどういう人？って言うのを調べたデータです。とりあえず1480人の症状遷延する人を集めて比較してみますと、

1ヶ月以上続く症状で多い順



最初の症状の数が多かった人・・・1.3倍

社会経済的弱者・・・1.62倍

感染前のうつ症状・・・1.08倍

デルタまでの株・・・2.7倍(オミクロン比)

という感じみたいです。

日本のデータでは症状が1ヶ月以上続くのは全体の1.6%くらいじゃないかって言うのもあります。

もちろん他にもいろいろな要因はあると思いますが、症状が強い人とかデルタまでの感染の人の方が残りやすいというのは感覚的にもわかる気がしますね。

世界へインパクトを与えているのは？

ちょっと毛並みを変えて。

世界中から何千何万の論文がコロナ関連で発表されております。万葉集より多いレベル。

でも当然その論文は玉石混交で、社会へ与えた影響はそれぞれ全然違います。

そんな論文達をcitation(引用)で調査して、栄えある社会へ一番影響を与えた論文ランキングが出ました。

THE LANCET



ARTICLES | VOLUME 395, ISSUE 10223, P497-506, FEBRUARY 15, 2020

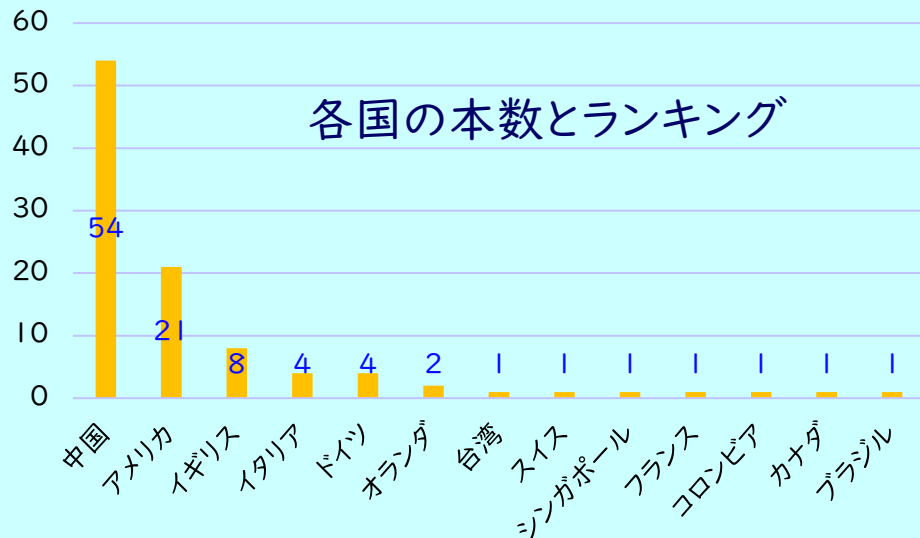
Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China

Prof Chaolin Huang, MD * • Yeming Wang, MD * • Prof Xingwang Li, MD * • Prof Lili Ren, PhD * •
Prof Jianping Zhao, MD * • Yi Hu, MD * • et al. Show all authors • Show footnotes

Published: January 24, 2020 • DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30183-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30183-5) • Check for updates

一位はLANCETという世界最強の雑誌に2020/1/24に載った論文。
中国の最初の41人の患者さんがまとめられております。このcitationは
18958件と桁違い！（10あるだけで世界レベルと考えて下さい。）

各国の本数とランキング



中国がダントツで論文の数も影響力も強かったようです。

次にアメリカ、やっぱりこの2強はすごいですね。。

あれ？ないぞ。あの国がないぞ？・・・1本もないぞ。名前は日本なのに。
こういう所で発信が強く出来るような後人を育てていければですね。
まあ僕も何にもしてないんですが。。

まとめ

ないないない、まったくネタがない!!

なんかどの論文見てもあっと驚くタメ五郎みたいなモノがないです。

とってもいいことです。もう大体のことは言い尽くしたし、やるべき事も皆さんがわかっているればそれでいいのですよね。結局感染対策も治療もなにかもわかってきているわけです。

第8波が終わりつつあり、今後どうなるかは誰にもわかりませんが、やることや考え方はもう決まったわけですのでどーんと構えて5類になるのを待つしかないし、マスクだって別に無理に外させなくてもほっておいたらみんな外すでしょ。ここまで来たら慌てる必要もないですよ。

終わったというよりかは、やることが決まったと言う事で、やっぱり一番心配しているのは医療機関がきちんとコロナを診るかどうか。一般社会はもうコロナに対してあまり気にしなくなってくるのであれば、ふらりと熱で受診とか、家で陽性だけど受診とか、普通に起こる事です。

普通の病気になると言うことは、普通の医療機関でどこでも診れるということですからね。

そこがしっかりすれば、誰もが安心して生活できるようになりますね。このニュースもあと少しで終われそうだ。