どうする!?
新型コロナ

岡田 晴恵

はじめに……2
1 新型コロナウイルス感染症 COVID-19発生！……3
2 基本的な予防方法……13
3 治療と看護……27
4 これからどうなる？ どうする？……37
おわりに……55

本文イラスト・村山宇希

岩波ブックレット No. 1026

はじめに

いま、新型コロナウイルス感染症(新型肺炎)が世界中で流行しています。世界保健機関(ＷＨＯ)はこの感染症にＣＯＶＩＤ－19と名前をつけました。病原ウイルスは、ＳＡＲＳ(重症急性呼吸器症候群)コロナウイルス(ＳＡＲＳ－ＣｏＶ)と近縁であるとしてＳＡＲＳ－ＣｏＶ－２と呼びます。

この新型コロナウイルス感染症は、１～14日間という長い潜伏期間(５日間が一番多い。２０２０年２月23日付ＷＨＯ)を経て、かぜやインフルエンザに似た症状を引き起こします。軽症のかぜ様症状ですむ人や、症状の出ない不顕性感染の人も、若年層を中心に多くいると考えられています。しかし、発症約１週間後から肺炎の徴候があらわれることもあります。重症化して肺炎を引き起こし、さらに重篤化して死に至らしめる危険性のある病気です。急変してから亡くなるまでの病態はＳＡＲＳとよく似ています。

では、この緊急事態にわたしたちはどのように振る舞ったらよいのでしょう。どうやってこの病気から身を守ったらよいのでしょう。自分が、家族が感染したら、どうしたらよいのでしょう。

この難局を乗り越えるためには、一人ひとりが自分も感染するかもしれない、感染しているかもしれない、と思って振る舞うことが必要です。少しでもみなさんのお役に立てることを祈り、本書を送りだします。

1　新型コロナウイルス感染症ＣＯＶＩＤ－19発生！

２０１９年12月、新型コロナウイルス感染症ＣＯＶＩＤ－19が、中華人民共和国湖北省武漢（ぶかん）市において確認されました。それ以降、中国を発生源に、感染が世界中に広がっています。

世界保健機関（ＷＨＯ）は、２０２０年１月30日に新型コロナウイルス感染症について「国際的に懸念される公衆衛生上の緊急事態（ＰＨＥＩＣ）」を宣言していましたが、３月11日にはテドロス事務局長が「パンデミック（世界的な大流行）とみなせる」と述べています（３月12日付「日本経済新聞」）。このときの感染者数は、全世界で12万人あまり、死者数は約４６００人で、いずれもその３分の２を中国が占めていました。しかし、それから１～２週間で感染の中心地はヨーロッパへ、アメリカへと移っています。

日本では１月28日に初の感染者が確認され、翌29日から武漢市在住の邦人がチャーター機で帰国、感染者を確認。２月初旬には大型クルーズ船「ダイヤモンド・プリンセス号」の乗客・乗員に感染確認、船内に２週間以上留め置かれました。その後、全国で感染者が確認され、ＷＨＯの「パンデミック宣言」から１カ月も経たない４月５日、日本でも感染者が３０００人を超え、４月７日、国は新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく緊急事態宣言を７都府県に発令しました。

Q1 現在、感染はどれくらい広がっているのですか？

A1 日本での広がりを、15日ごとに追ってみましょう。

厚生労働省の発表によると、２０２０年3月11日段階で、日本においてＰＣＲ（ポリメラーゼ連鎖反応）検査（第3章Ａ６参照）は、前日より４２４人増えて1万24人に対して行っています（以下、ＰＣＲ検査を受けたうち８２９人は武漢からのチャーター便帰国者。クルーズ船の乗員・乗客を除く）。そのうち、感染者は５６７人（前日比＋54人）。症状のある人は５０３人（＋46人）で、うち12人（＋3人）が死亡しましたが、99人（＋13人）が退院しています。感染者のうち無症状者は64人（＋8人）で、そのうちの19人（＋3人）が退院、45人（＋5人）が入院しています。

15日後の3月26日段階では、ＰＣＲ検査を受けた人が前日より１６５０人増えて2万５１７１人になりましたが、そのうち感染者は１２９２人（前日比＋98人）。15日で、感染者は2倍強になっています。内訳は、症状のある人が１１４０人（＋84人）、無症状者１４４人（＋14人）、症状の有無を確認中の人が8人です。死亡者は45人（＋2人）と、4倍弱。一方、退院者は、有症状者３２０人（＋48人）、無症状者39人（＋1人）と、合計３５９人（＋49人）で、19倍近くになりました。

3月26日から15日後の4月10日になると、ＰＣＲ検査を受けた人は前日より４３８４人増えて6万８８７１人と、3倍弱になりましたが、感染者は５３４７人（前日比＋５７９人）と、4倍強になっています。うち88人（＋3人）が死亡しましたが、７１４人（＋29人）が退院していま

す。感染者のうち無症状者は４２４人（＋28人）、症状有無確認中が１４３８人（＋１７５人）ですが、４５４５人（＋５４７人）が入院治療を要します。

国際的な広がりについては、ＷＨＯが２０２０年３月10日現在、全世界で11万３７０２人の感染者（前日比＋４１２５人）があり、死亡者４０１２人（＋２０３人）だったと発表しています。16日経った３月26日になると、全世界で46万２６８４人が感染（＋４万９２１９人）と、４倍以上に増えた一方、死亡者は５倍以上の２万８３４人（＋２４０１人）と、深刻さを増しています。その16日後の４月11日現在、全世界で３倍を大きく超える１６１万９０９人が感染し（＋８万９６５７人）、死亡者は９万９６９０人（＋６８９２人）と、５倍弱に及んでいます。なお、12日以降も毎日、５０００人以上の感染者があることに変わりなく、死亡者数も12日には10万人を超え、４月中旬現在、いまだピークが見えません。

外務省の集計では、２０２０年３月27日には、それまで最も感染者が多かった中国の８万１３４０人を超えて、アメリカで８万１５４３人となっています。次いでイタリアで８万５３９人、スペイン５万６１８８人、ドイツ３万６５０８人、イラン２万９４０６人、フランス２万９１５５人と、ヨーロッパで広がりをみせています。４月11日現在、感染者が最も多いアメリカで49万１４５９人、次いでスペイン15万７０２２人、イタリア14万７５７７人、ドイツ11万３５２５人、フランス９万６７６人、中国８万１９５３人、イラン６万８１９２人と、感染拡大はとどまるところを知りません。

さらにＷＨＯによると、アフリカ地域でも54カ国のうち感染者が確認された国は、３月26日

には40カ国を超え、１９３７人（前日比＋２７５）の感染者に対し、死亡者が31人（＋２人）となっています。４月６日現在、６６１６人（＋１９８人）、死亡者２４３人（＋７人）です。この数は、ヨーロッパに比べると小さく見えますが、検査能力が低く、報告されていないものと推定されます。国としての感染症対策がとられにくく、医療体制の脆弱な国が多いので、今後の感染拡大がとくに心配です。

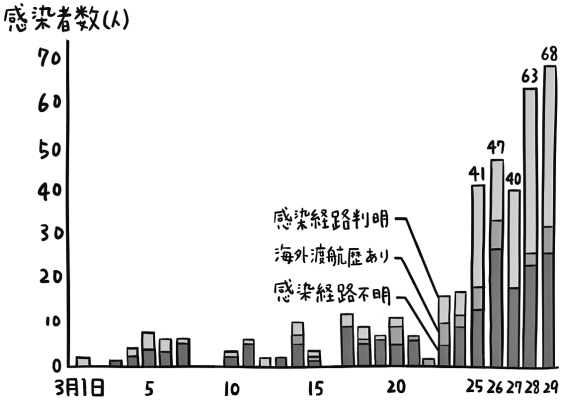
２０２０年３月21日付の「朝日新聞」によると、ＷＨＯアフリカ地域事務所のモエティ所長は３月19日に次のように訴えています。「アフリカ全体で感染国が急速に増えているのを深く懸念している。封じ込めや地域住民への感染防止のために支援していく」。同紙はまた、アフリカ東部エチオピア出身のテドロスＷＨＯ事務局長が「「おそらく、発見されていないケースや未報告のケースがあるだろう」とし、さらなる感染拡大に備えるよう求めた」と報じています。

改めて外務省の集計から日本の状況を見ると、４月15日になっても感染者数は８１００人と、ヨーロッパ諸国に比べて極端に少なく、１万人当たりの感染者数は、スペインの３６・６９、イタリアの２６・９２、アメリカの１８・３３に対して日本は０・６４と、２桁小さい数字です。

東京都では３月26日までに４日連続して感染者数を更新し、東京都知事は「今が感染者の爆発的な増加が発生するか否かの重要な分かれ目」と、危機感を表明しています（東京都ホームページ「若者向け新型コロナウイルス感染症に関する知事メッセージ（３月26日）」）。この感染拡大を受け、東京、神奈川、千葉、埼玉、山梨の１都４県の知事は26日、テレビ会議で共同メッセージ

をまとめ、「「感染者の爆発的な増加やロックダウン（都市封鎖）を回避するため連携し、断固たる決意を持って対策を進める」と確認し、都民や県民に、人混みへの不要不急の外出自粛や時差出勤、在宅勤務の実施などを求め」ていました（２０２０年３月27日付「朝日新聞」）。その後も新たに発表になる感染者数は全体に増加傾向にあり、４月４日には１００人を超え１１６人と発表されました。１週間後の11日には１９７人でした。

それまで、海外からの帰国者に感染者が増えていることが注目されていましたが、感染経路不明者も半数を大きく上回り、８割に及ぶことを重視すべきでしょう。



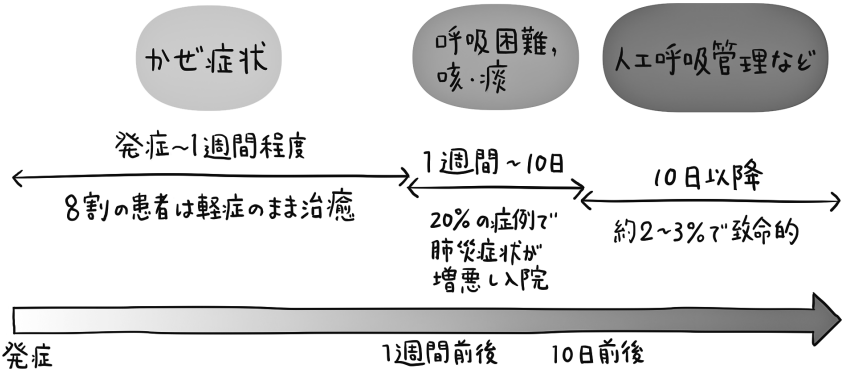
2020 年 3 月東京都の感染者数の推移．3 月 31 日以降にも新たに発表される感染者数は，4 月 11 日まで 60 ～200 人と多く，感染経路不明者の割合も増加傾向で，全体の 8 割に及ぶ．4 月 13 日現在，累計感染者数は 2158 人．東京都発表データより．

Q2 主な症状と、潜伏期について教えてください。

A2 主に発熱や咳の症状が出ますが、肺炎に進行することもあります。下痢などの症状が出る人もいます。一方で、無症状の例もあります。他方、日本には髄膜炎で重症化している20代男性の報告、北京の病院には新型肺炎と脳炎を併発した患者もあり、その患者の脳脊髄液から新型ウイルスが検出されたそうです。ウイルスが中枢神経に及ぶ危険性に注意するべきです。

厚生労働省の「新型コロナウイルス感染症（ＣＯＶＩＤ－19）診療の手引き」（２０２０年３月17日付）によると、典型的な経過は次のようになります。まず、発症から１週間程度はかぜ症状と、軽症のままで８割が治癒します。しかし、２割の方がその後、呼吸困難になり、咳や痰が出ます。これが１週間後から10日後くらいまで続いて、肺炎症状が増悪（進行）し入院となります。人工呼吸管理の必要な方は約２～３％で、致命的になります。なお、厚生労働省でいう「重症」とは人工呼吸器などを必要とする、またはＩＣＵ（集中治療室）に入院するような状態のことです。軽症といっても、高熱や咳などのつらい症状が続いている人も含まれます。

一方、国立感染症研究所は２０２０年３月17日、３月９日までの確定症例２８７例から、主な症状を次のように報告しています。発熱は２８７例中１８８例の66％、咳は２８７例中１８０例の63％にあり、肺炎は、症状の有無が確認できた１９４例のうち１２１例と62％にありました。同様に、症状の有無が確認できたなかで、全身倦怠感は１９５例中79例（41％）に、咽頭痛は２１１例中58例（27％）に、鼻汁・鼻閉（はなづまり）は１５０例中30例（20％）に、下痢は１５



新型コロナウイルス感染症の典型的な経過．厚生労働省「新型コロナウイルス感染症（COVID－19）診療の手引き」より．

4例中29例（19％）に、頭痛は128例中25例（20％）に認められています。関節・筋肉痛は142例中10例（7％）に、嘔気（はきけ）・嘔吐は145例中9例（6％）に、急性呼吸窮迫症候群（ARDS）は123例中7例（6％）に、結膜充血は119例中2例（2％）にあるのみでした。

また、自衛隊中央病院が、搬送されてきた大型クルーズ船「ダイヤモンド・プリンセス号」からの感染者104人の症例について、ホームページで報告しています。それによると、全観察期間を通して無症状者の割合は31・7％と高く、軽症例が41・3％、重症例は26・9％でした。入院時に最も多かった症状は発熱で、全体の28・8％でしたが、全観察期間を通して最も多かった症状は咳で、全体の41・3％。観察期間中の死亡はありませんでした。

ここで特筆すべきは、無症状の感染者であっても胸部CT（コンピュータ断層撮影法）検査で異常な影が観察されることがあることです。無症者と軽症者に限定し

ても、約半数に異常な陰影が認められたことで、感染の早期発見につながると期待されます。

感染の徴候として、嗅覚と味覚の異常も報告されています。ドイツのハインスベルクで2週間隔離された約１０００人を対象にした調査では、３分の２の人が、嗅覚や味覚を喪失したということです。鼻腔内にある嗅上皮というにおいを感知する組織に、ウイルスが付着することで機能が低下することが考えられます。

また、目の粘膜組織である「結膜」からの感染の可能性について、日本眼科学会が、目からどのようにして感染するか、防ぐにはどうしたらよいのかをまとめ（新型コロナウイルス感染症の目に関する情報について（国民の皆様へ）４月１日付）、とくに結膜炎について「おこる頻度は、およそ１～３％とされていますが（中略）新型コロナウイルス感染症に結膜炎を併発する場合があります」と注意を喚起しています。

ウイルスに感染すると、すぐに症状が出るわけではありません。症状が出るまで時間がかかります。この、感染から発症までのことを潜伏期といいます。

２０２０年２月23日付ＷＨＯの発表によると、潜伏期間は１～14日で（５日間が最も多い）、その後、発熱や呼吸器症状、全身倦怠感等のインフルエンザやかぜのような症状が１週間前後持続することが多くあります。呼吸困難になり、胸部Ｘ線（レントゲン）写真、胸部ＣＴ検査などで、肺炎が明らかになることもあります。発症者の多くが軽症であるといわれていますが、高齢者や基礎疾患等のある人、妊婦は、重篤になる可能性があるため注意が必要です（第２章Ａ７を参照してください）。