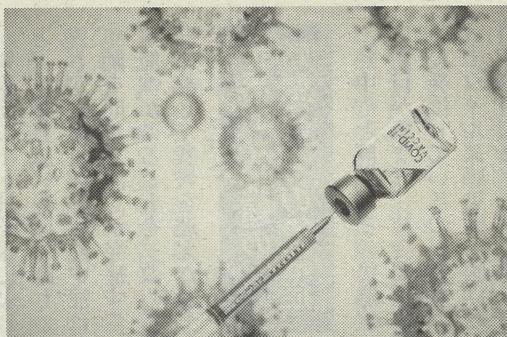
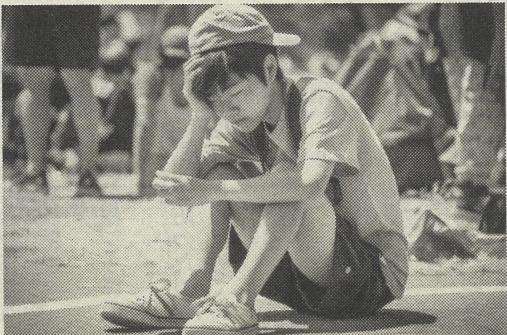


今、いちばん怖い！ 2大“現代病”

さまざま臓器にダメージが 熱中症と 新型コロナウイルス 死を招く後遺症

5か月以上
続くケースも



重症化すると命に関わる症状にもなる
熱中症と、いまだにメカニズムと治療法が
わからない、新型コロナウイルスの後遺症。
その最新情報を専門医師が解説――。

一方、腎臓の障害は、全身の筋肉が崩壊する「横紋筋融解症」が原因で起こる。熱中症で身体の深部体温が40度を超えるなどして筋肉の細胞が融解・壊死すると、タンパク質の一種「ミオグロビン」が血中に大量に放出される。こ

「昔と比べて、熱中症患者数が増えていると感じます。熱中症は特に高齢者がかかりやすく重症化もしやすいので、超高齢社会の日本ではどうし

た8月頭にかけての2週間で、熱中症で搬送された人は2万人以上。その半数以上が、65歳以上の高齢者だった。消防庁の調査では、7月末から8月頭にかけての2週間で、熱中症で搬送された人は2万人以上。その半数以上が、65歳以上の高齢者だった。消防庁の調査では、7月末から8月頭にかけての2週間で、熱中症で搬送された人は2万人以上。その半数以上が、65歳以上の高齢者だった。

熱中症の重症化は、さまざまな臓器障害を引き起こします。そのうちもつとも後遺症

が、65歳以上の高齢者だった。消防庁の調査では、7月末から8月頭にかけての2週間で、熱中症で搬送された人は2万人以上。その半数以上が、65歳以上の高齢者だった。消防庁の調査では、7月末から8月頭にかけての2週間で、熱中症で搬送された人は2万人以上。その半数以上が、65歳以上の高齢者だった。

が、65歳以上の高齢者だった。消防庁の調査では、7月末から8月頭にかけての2週間で、熱中症で搬送された人は2万人以上。その半数以上が、65歳以上の高齢者だった。

たとしても、重い後遺症が残る場合が少なくない。

熱中症による脳の後遺症は、体温の急上昇で脳や脊髄などの「中枢神経」に障害が起こることで現れる。例えば、言語や思考などの知的能力が正常に働かなくなり、注意力や集中力が低下する「高次脳機能障害」。食べ物を上手に飲み込めなくなる「嚥下障害」などだ。

「熱中症で脳に障害が出てしまって、元どおりに回復することはありません。身体の一部が動かないなど運動障害が残ったり、物忘れが激しく認知症のような状態になったりすることもあります」

たとしても、重い後遺症が残る場合が少なくない。

熱中症による脳の後遺症は、体温の急上昇で脳や脊髄などの「中枢神経」に障害が起こることで現れる。例えば、言語や思考などの知的能力が正常に働かなくなり、注意力や集中力が低下する「高次脳機能障害」。食べ物を上手に飲み込めなくなる「嚥下障害」などだ。

一方、腎臓の障害は、全身の筋肉が崩壊する「横紋筋融解症」が原因で起こる。熱中症で身体の深部体温が40度を超えるなどして筋肉の細胞が融解・壊死すると、タンパク質の一種「ミオグロビン」が血中に大量に放出される。こ

ても増加傾向となります。また、地球温暖化も一因でしょ。最高気温が高くなり、猛暑日が増えたことが、患者数の増加につながっていると考えられます」

軽く考えられがちな熱中症だが、搬送者のおよそ30%は入院による治療を必要とするか、または死亡という深刻な現状だ。毎年1000人以上が熱中症によって命を奪われたり、たとえ命をとりとめたりとしても、重い後遺症が残る場合が少なくない。

谷口英喜（たにぐち・ひでき） 滋生会横浜市東部病院患者支援センター長兼栄養部部長。著書に「いのちを守る水分補給 热中症・脱水症はこうして防ぐ」（評言社）など。

馬場研二（ばば・けんじ） 愛知医科大学メディカルセンター総合診療科教授。21年4月から愛知医科大学においてコロナ後遺症外来を開設、1000人以上の患者を診察。

この人に聞きました

谷口英喜（たにぐち・ひでき） 滋生会横浜市東部病院患者支援センター長兼栄養部部長。著書に「いのちを守る水分補給 热中症・脱水症はこうして防ぐ」（評言社）など。

馬場研二（ばば・けんじ） 愛知医科大学メディカルセンター総合診療科教授。21年4月から愛知医科大学においてコロナ後遺症外来を開設、1000人以上の患者を診察。

熱中症と 新型コロナウイルス 死を招く後遺症

新型コロナの主な後遺症

【精神・神経学的症状】

- 記憶障害・物忘れ・認知力低下
- 集中力低下
- 無気力・精力減退
- 頭痛

脱毛

味覚障害 嗅覚障害

動悸

【全身症状】

- 倦怠感・疲労感
- 睡眠障害
- 微熱・頻脈

【呼吸器症状】

- 呼吸困難・息切れ
- 胸の痛み・不快感
- 咳
- 痰

【消化器症状】

- 下痢
- 吐き気
- 胃痛・腹痛・胸焼け

(愛知医科大学コロナ後遺症外来調べ)

愛知医科大学のデータでは、症状が軽快した患者の半数が、コロナを発症してから後遺症が軽快するまでに160日（約5か月）以上を要している。

「逆にいえば、約半数の方は5か月以内に症状が軽快したということです。今まで症状が続くのか不安に思っている患者さんはとても多いのですが、時間がかかっても後遺症は必ず治つていきます。薄紙をばぐように少しずつよくなっていますので、『根気よく前向きに過ごしましょう』とお伝えしています」

「コロナ後遺症患者の正確な

く54%。年代は20～50代が中心で、中でも40代がもつとも多く全体の26%を占める。後遺症の原因としては、まだ仮説の段階だが、自己免疫反応や、腸内細菌の変化などさまざまな可能性が指摘されている。

「後遺症患者の便中に数か月にわたり、ウイルスの断片が発見されたとの研究データもあります。体内にウイルスが

長期に存在する可能性を示唆していますが、これもあくまで複数ある原因のひとつであります。馬場先生、かかりません」（馬場先生、以下同）

コロナ後遺症に対し、現時点でのエビデンスのある治療法はない。馬場先生が診療にあたる後遺症外来では、患者のQOL（生活の質）の向上を第一に、それぞれの症状に適した対症療法を行っている。

過去には、診察中の会話をら話したそばからすべて忘れみることもあります」

「頭痛などの痛みに対しては解熱鎮痛剤を処方し、ときに抗うつ剤に近いものを使うことも。倦怠感には、漢方薬をよく処方します。頭がぼーっとする『ブレインフォグ』ですが、あまりにもひどいケースではステロイド治療を試みることもあります」

「過去には、診察中の会話をら話したそばからすべて忘れることがあります」

「頭痛などの痛みに対しては解熱鎮痛剤を処方し、ときに抗うつ剤に近いものを使うことも。倦怠感には、漢方薬をよく処方します。頭がぼーっとする『ブレインフォグ』ですが、あまりにもひどいケースではステロイド治療を試みることもあります」

時間がかかつていても 後遺症は治つていく

「とはいって、これらの治療法もすべての患者さんに効果があるわけではなく、自然経過だけで改善に向かう場合もあります。特に全身倦怠感などについては、しっかりと休息し、無理をせずに身体と相談しながら日常生活を送る『ペーリング』がもつとも重要です」

今年5月、新型コロナの感染症法上の位置づけは2類相当から5類へと引き下げられた。街が活気にあふれ、日常に戻っていく中、いまも後遺症により辞職や転職を余儀なくされている人たちがいる。「気にしすぎ」「考えすぎ」など、職場や学校だけでなく家族や医療機関からも理解を得られない人たちもいる。

「ポストコロナ元年」ともいわれる今年、コロナは過去のものになりつつあるが、後遺症のある人たちにとって、コロナ禍は今も続いている。後遺症患者のサポートや復帰支援について、今こそ社会全体で考えていく必要がある。