

今週のコロナニュース

令和2年9月24日

たまには新しい話をしようかなって思って部屋を見回してたんですけど、最近のビデオのリモコンって“巻き戻し”って単語が無いんですね。業界では当然みたいですけど“早戻し”って言うみたい。たしかにDVDやBlu-rayって巻き戻さないし、考えてみたらビデオって言う表現もしないとなるとなんて言うんだあの機械？デッキ？

今の子はビデオの爪を折るっていうことも、カセットの穴を鉛筆でくるくる回してをきれいにするっていう所業もする機会もないんだろうなあ。カセットと言えば幼少時に槇原敬之の曲のカセットが安かったから買ったら全然違う人が歌ってたんだよな、なんだったんだろあれ、いまでいう“歌ってみた”の走りなんかな。

…って、全然新しい話じゃなかったわ。この新型コロナが始まる前にも巻き戻れないと言う事で、第3波に備えて前向きに生きるべし!!!!

冬から何が変わるの？ 保健所に電話しないの？

発熱した!! Better call 保健所!!っておもうじゃないですか。実は保健所はもう電話相談が受け付けられなくなります。ていっても10月中を目処に都道府県が早急に仕組みを変えるように指示されています。



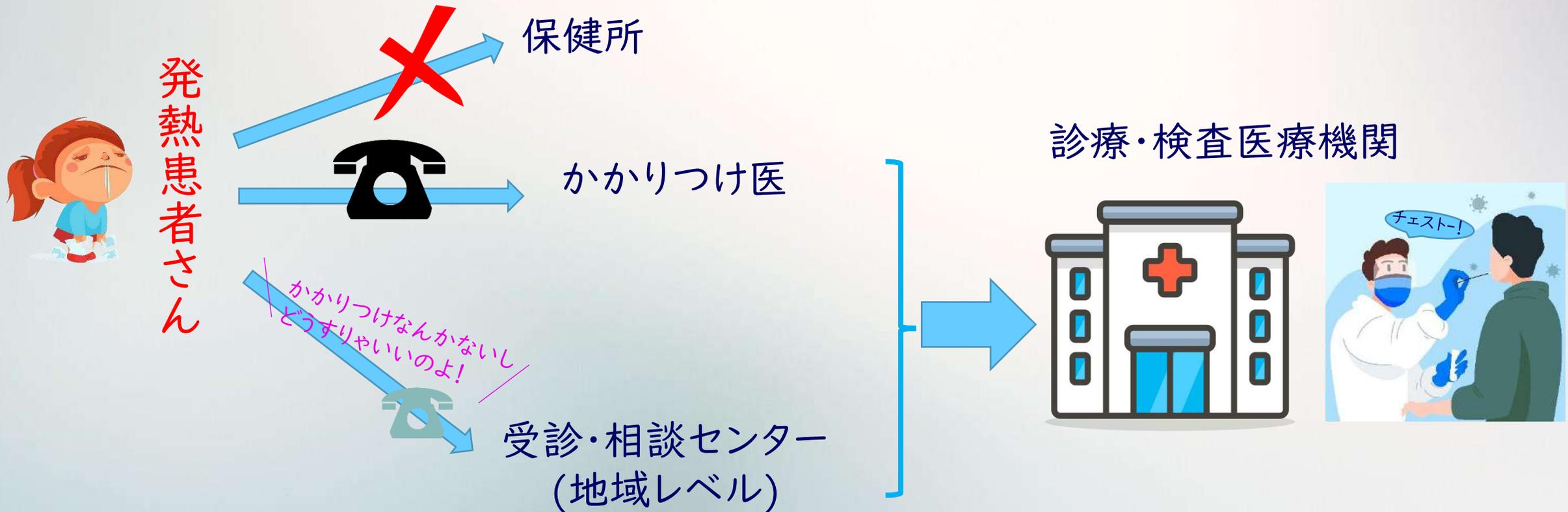
じゃないです。保健所もそんな冷たくありません。ちゃんと対応してくれると思います。ただし、今までのような流れではなくなります。今までは“保健所に相談”だったものが、身近なかかりつけさんや地域の相談センターが対応することとなります。

つまり、対応窓口を広げて相談しやすい環境を作るとともに、保健所の業務負担をへらす目的もあるわけです。

でも熱が出たときにかかりつけさんや相談センターに電話するのは普通のコトですよ。この新型コロナとやらも“普通の病気”として対応できるようにしていこうということなのですね。特に冬になると患者さんが増える可能性があるので早い段階からこうするわけですね。

で実際にどうすればいいの？

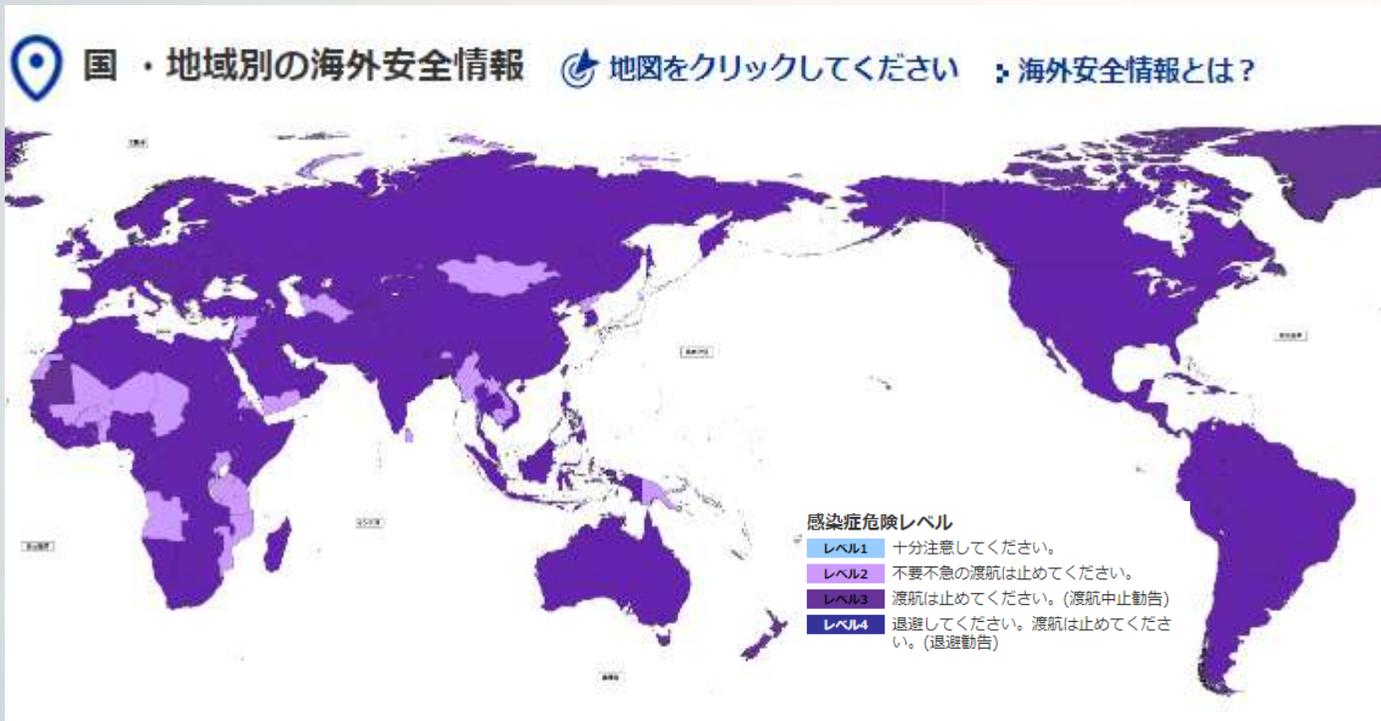
実際に保健所さんに相談するケースも有るかと思いますが、簡単に言うと下図のごとくですね。
かかりつけがあればまずはそちらに相談。ないときは地域の受診・相談センターにお電話。
それでもって、そのかかりつけさんで見てもらえるのか、それとも地域にある検査と診療ができる施設を紹介してもらうのかという流れですね。さすがに10月中にドコのお医者さんでも検査も診療もできるというのは難しいのでまずは道筋を作ったわけですね。



だからみなさんがやることは「この冬、発熱したら自分はドコに電話するのか」をしっかりと調べておくことです。おそらく地域レベルで広報があると思います。これほんと大事。発熱難民にならないようにしましょう。

で、海外っていけるの？

あー海外行きたいー。タイでルーフトップバーでおいしいお酒飲んで朝は海岸でゴロゴロしたいー。
年末はワイハで過ごしたいー。とお思いのあなた！
無理です！こんな時期に旅行なんて行けるわけないでしょ！
海外渡航は入国、出国ともに現在どうなっているかを簡単におさらいしましょう。



これは外務省の海外安全ホームページから抜粋しましたが、世界中が色変わるなんてウソでしょ!!?イニシエーション・ラブのラストくらいびっくり!って3月頃に思ったものでした。

- ①現在日本は入国者には誰であれ14日間自宅等で待機をすることを要請しています(破ったら6月以下の懲役又は50万円以下の罰金だっさ!!!!)。
- ②「入国拒否対象地域(今はほとんど全ての国)」から来た場合は空港でコロナの検査を受けて(PCRか抗原)、結果出るまで待機。
- ③自宅などへ行くにも公共交通機関は使用しちゃダメってこと
- ④自宅等に着いても14日間は保健所と毎日電話やメールで健康チェック。

で、海外っていけるの？

海外にはしばらく行けそうにないし、車もしばらく空を走る予定もなさそうですが、この厳しい条件も外国から来る方々には限定的に実は緩和されています。それが

「レジデンス・トラック」と「ビジネス・トラック」なわけですよ。

要するに14日間完全隔離だと仕事にならんし、業務で来ているんだから勘弁してくれよー。っていうやつです。

レジデンス・トラック

長期間滞在する外国人(技能実習生、駐在、業務など)に対して、14日間待機ルールは変わらないけど、コロナの検査や誓約書の提出を条件に入国を許可するもの。

現在、タイ、ベトナム、マレーシア、カンボジア、ラオス、ミャンマー、台湾に対して開始されている。

ビジネス・トラック

短時間待機でビジネスで来ている外国人に対して14日間の待機中も限定的に仕事活動が可能になる。9/18から始まり、現在シンガポールのみ開始されている。

世界は少しずつ国際経済再開を始めています。日本も一緒に始めていっているわけですね。日本人の海外旅行については、少なくとも多くの国では入国前にPCRをする事、入国後14日間隔離されること(自費ホテル)があり、日本帰国後も14日間自宅待機、だから足かけ最低28日間は缶詰だし、そもそも飛行機が飛んでいない(涙)、...訳ですので少なくとも外務省が渡航危険レベルを下げるまでは無理だと思います。だから今年はstay Japanしてね。

妊婦の情報

夏頃に日本産婦人科医会が1,418施設(2,185施設中、有効回収率65%)から得られたデータでは新型コロナウイルスの有病率は**0.02%**(72/305,722件)だったとのことでした。

そのうち81%に何らかの症状があって、その症状のうち71%が発熱だったそうです。

酸素が必要な中等症の妊婦は**17%**、2名が重症で人工呼吸器使用があり、**1名**(海外からの旅行者)が亡くなっていました。特に**妊娠後半のほうが37%**に酸素が必要になるということで症状が重くなりやすいということでした。出生児はみんな感染がなかったとのことでした。

海外のデータでも妊婦さんは死亡率は**0.1%**とされており、重症化のリスクは

- ・高年齢妊婦(>35歳)
- ・BMIが高い(>30)
- ・高血圧、糖尿病を含めた何らかの持病がある

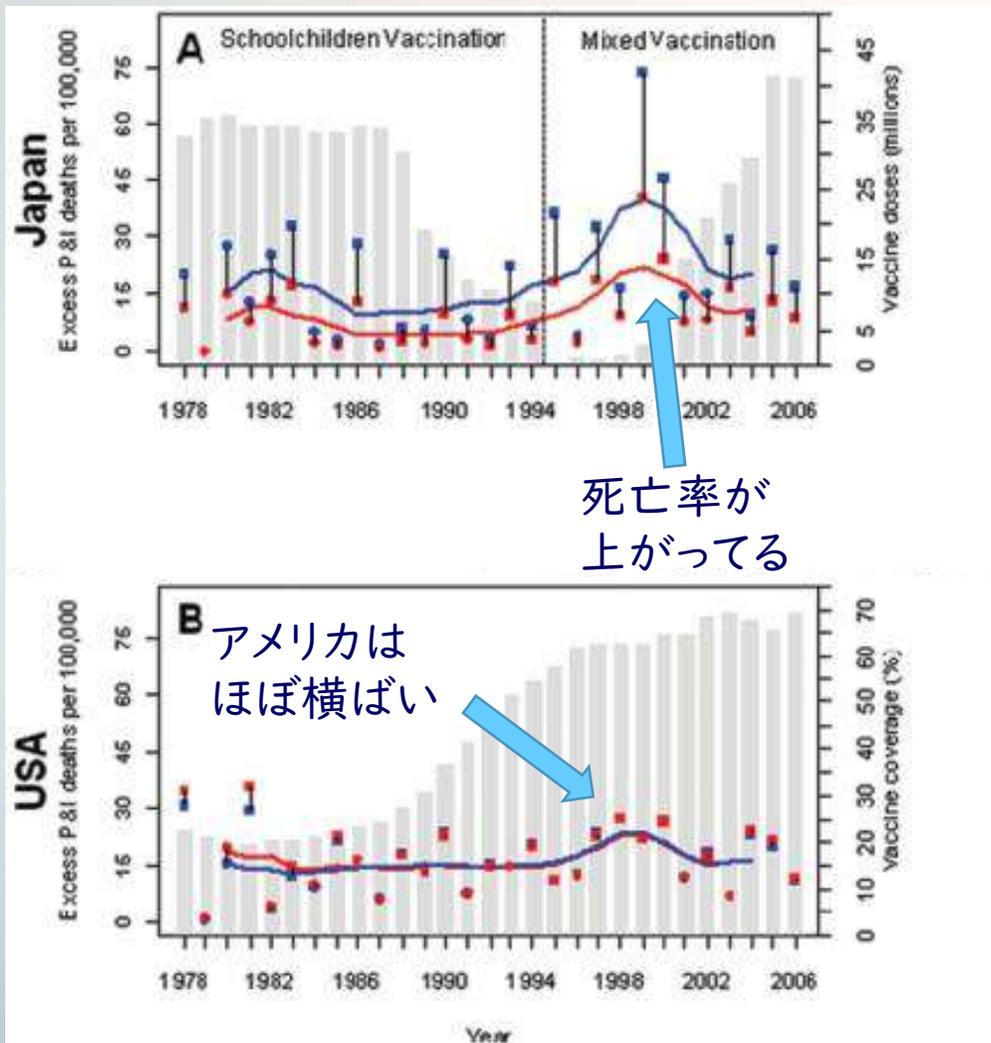
出産可能な年齢の女性の感染者と比較して妊婦さんは

- ・発熱(0.43倍)と、筋肉痛(0.48倍)の症状が少ない
- ・集中治療を受ける率が1.62倍、人工呼吸器を受ける率が1.88倍

ともされておりました。激烈に重症化しやすいとか死亡率が高いというわけではないですが、やはり感染から避けられるに越したことはないですね。家族からの感染が多いとも言われますからご家族も注意が必要です。

インフルエンザワクチンの間接効果

冬といえば雪だるまつくろう、もありますがインフルエンザワクチンですね!今年は例年の2倍、最大6000万本用意したいという声もあるようです。効果は年によってだいぶ違いますが、インフルエンザもコロナも流行されたら困りますから特に今年は積極的に接種が推奨されています。



インフルエンザは小児と高齢者で重症化しやすいというのはご存知のとおりですね。左の図を見てみましょう。

- ・上は日本、下はアメリカ
- ・灰色のバーは年ごとのワクチン接種量とします。
- ・赤と青の線は毎年の単純な死亡率ですね(色の違いは調整があるかないかです)

覚えてますか?1962-1988まで小中学校でインフルエンザの集団接種が義務だったことを。その後副作用が、などの理由で義務じゃなくなりました。さて、そうしたらどうなったでしょう??

学級閉鎖も増えたのですが、なにより、高齢者の死亡が一気に増えました(グラフの山の部分ですね、きれいに灰色バーは下がり、赤青線は上がってます)。

つまり、子供にインフルエンザワクチンを打つと高齢者の死亡が減るんですね。

周りを守るといえるのはこういう事ですね。自分がならなきゃ周りもならない!

インフルエンザワクチンの間接効果

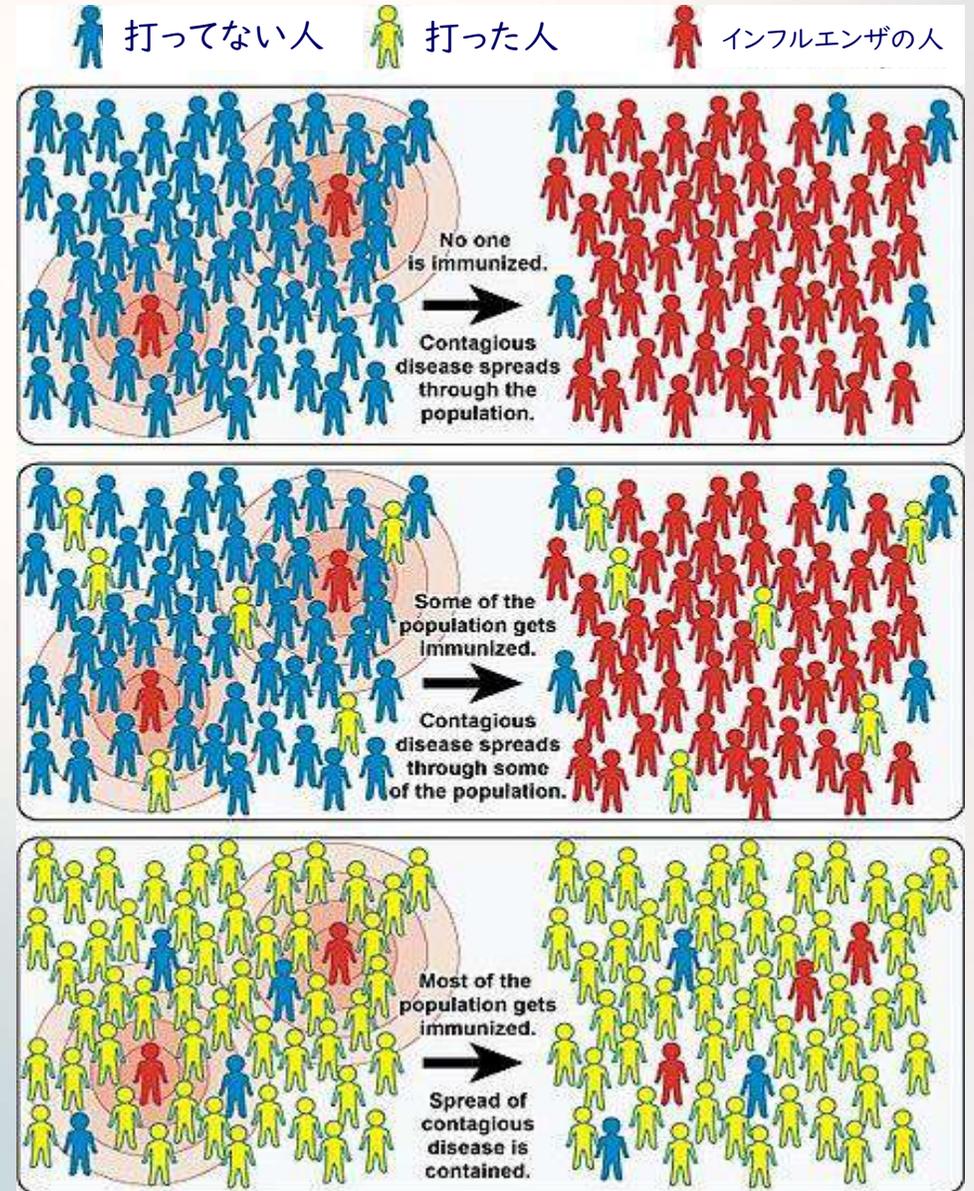
図にするとこんな感じ。これもまた有名な図ですよ。

打ってない集団に数人の患者さんが出ると、一気にみんなに広がっちゃう

ワクチン打つ人が少しいるとその人達のみが感染を予防できる。

ワクチンをみんなが打つと、色んな理由で打てない人(アレルギーなど)も守られる!!

自分が打つことで誰かを守れます。ぜひ打っていきましょう。



もういっちょインフルエンザの話



これ、豪州の今年と去年のインフルエンザの件数の違い。豪州って漢字で書くと「濠太刺利」。州はどこから来たかって言うと、昔はオセアニア一体を一緒に表現していたからとのこと。

そんなんでもいいですね。この図は衝撃的。豪州は夏にインフルエンザが流行るのですが、2020は全くかんじゃさんがいなかったのです。いないもほどがあるだろってくらいいませんでした。もちろん検査を絞っていたわけでは有りません。純粹にいなかったのです。みんなが感染対策するとココまで減るかというくらい減るのですね。

日本の冬もこうあってほしいですが、逆にココまで減ると、今までの人間の生活は何だったんだろうなと思う部分もありますね。。Withインフルってこういうことだったんだろうな。う〜む。。

こんしゅうのまとめ

世の中この秋の4連休でほとんど家か病院にいた僕を尻目に観光やら外出やらが多かったでしたね。でもそれでいいのです。いつまでも自粛してられないからどこかで緩めていかないと。思えば第2波の始まりは、まさにこの気の緩みと油断が原因でした。

今回はどうでしょう。第2波のときはみんな初めての自粛でのストレスと、この病気を甘く見ていた様相もありまして大きな波となりましたが、今回は同じ緩和でも前回と違いますよね。どんな対策をしていけばいいかだいぶわかった上での緩和ですからね。まさか同じ事繰り返した人はいないと思います。マスク、ソーシャルディスタンス、3密、手洗い。おそらく多くの方がしっかり説明できると思います。

って考えると、増えるにしても前回ほどに患者さんが増えないだろうと僕はどこかで期待してます。てかそうであってほしいですわね。いつまでこんな病院生活せなあかんねんと。衣替えした夏服全然使わずに冬衣替えしたわ!

ただ、いちばん大事なのはやはり感染対策は“持続可能なことを継続すること”です。短距離走じゃありません。長距離走です。無理な対策は緩和のときに反動となってでてきます。できるレベルで続けること、そしていつかそれが普通になって気にならなくなったとき、コロナも気にならなくなると思います。とりあえず来週にはこの連休の結果が出始めますので気を抜かないようにしましょう。