

# 新型コロナウイルス感染症 の後遺症



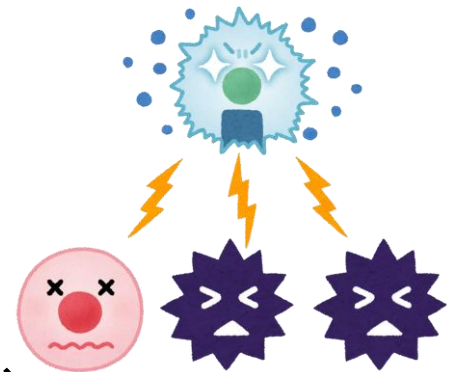
国立病院機構千葉医療センター

# 後遺症の概要

- 新型コロナウイルスに感染した後に、倦怠感や胸痛、脱毛、記憶障害など様々な症状が持続することが報告されている。
- 若く健康な人でも、5人に1人は症状が長く続く。
- 2割で脱毛、3割で記憶障害、睡眠障害、集中力低下を訴えている。
- 重症例では、半数以上が退院1ヶ月後も呼吸機能が戻らない。
- 1割が1ヶ月後も嗅覚・味覚異常が続いている。
- 新型コロナの後遺症を防ぐためには新型コロナに罹患しないことが一番である。

# なぜ、おきるのか？

1. ウイルス自体による傷害
2. 急性感染に対する反応としての免疫学的異常と炎症による傷害
3. 重症患者における後遺症  
→ Post ICU Syndrome (PICS)



# 主な後遺症の症状①

## 1. 呼吸器症状

咳、息切れ、労作時呼吸苦、胸痛

## 2. 循環器症状

動悸、洞性頻脈、起立性調節障害(起立時めまい)

## 3. 消化器症状

腹痛、下痢



# 主な後遺症の症状②

## 4. 全身的な症状

倦怠感(最も頻度が多い)、発熱、疲労、関節痛、筋肉痛、感覚異常、機能・運動能力低下

## 5. 精神・神経症状 → Brain fog

認知機能障害、  
集中力低下、記憶障害(少し遅れて出てくる。)  
頭痛、睡眠障害、気分の変化、  
味覚障害・嗅覚障害(若年者に多い)



## 6. その他

脱毛(発症後数か月たってから)、皮疹、月経周期の乱れ

# 日本での後遺症の疫学データ

2020年2月～2021年3月

国立国際医療センター病院での457件の解析

- 年齢中央値は**47歳**
- 84.4%の患者は**急性期は軽症**
- 少なくとも1つ以上の症状が残っている患者は、  
6か月:120人(26.3%) → **12か月:40人(8.8%)**
- **女性、若年者、痩せている人**が後遺症リスクと関連



# 後遺症の持続期間

	6か月後	12か月後
倦怠感	6.6%	3.1%
嗅覚障害	7.7%	1.1%
咳	2.4%	1.1%
息切れ	3.9%	1.5%
味覚障害	3.5%	0.4%

診断時にあった症状は、1年後にはほとんど改善している。

	6か月後	12か月後
記憶力低下	11.4%	5.5%
集中力低下	9.8%	4.8%
抑うつ	8.1%	3.3%
脱毛	3.1%	0.4%

遅れて出現した症状は、1年後にも残っていることが多い。

# 疲労

- 単なる「疲れ」ではない。
- 疲労 → エネルギー、モチベーション、集中力を低下させるような絶え間ない疲労感  
仕事を休んでいる、出勤できないと訴える。
- 炎症性マーカーと疲労には関連性はない。
- 筋痛性脳脊髄炎／慢性疲労症候群 (ME/CSF) との類似点が多く比較されている。
- 効果のある薬物治療がない。





# 息切れ



- COVID-19罹患後の呼吸機能検査のデータから、呼吸機能の改善には時間がかかるかもしれないと示唆されている。
- 143名の患者の43.4%が発症後60日目にも呼吸困難を経験との報告もある。
- 肺炎の治癒過程、器質化肺炎、神経筋衰弱、基礎肺疾患の増悪、心不全など様々な理由で起こりうる。

# 味覚・嗅覚障害



- COVID-19から回復した患者のコホートにおける味覚・嗅覚障害の有病率は、11～45.1%と様々
- 5週間後 味覚異常 7.9% 嗅覚異常 8.2%
- 他の症状が治っても、約10%で6か月間持続している。
- 現状で治療法はないが、長期間を経てよくなってくることが多い。

# 精神・神経症状

- Brain fog
- 重症、呼吸不全、長期人工呼吸器 → 認知機能障害



- 脳卒中、頭痛



- メンタルヘルス

心的外傷後ストレス障害 (PTCS)、うつ病、不安 など

- 不眠 : 睡眠の質の低下や睡眠障害が頻繁に起こる。

# 不安

- 息苦しいときに不安を感じる。
- 入院中の経験が「突然」やってくる。
- 悪夢
- 睡眠不足



# ワクチン接種と後遺症の関連研究

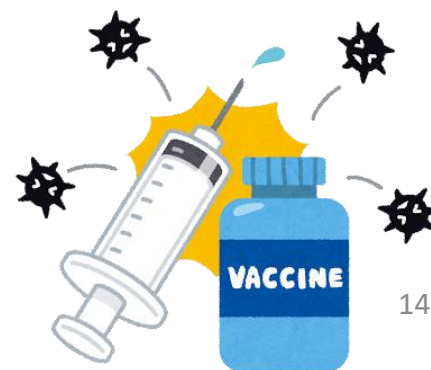
- 2回のワクチン接種を完了した人は、していない人と比べて、感染したときに**後遺症**（症状が4週間以上続く）の割合が少なかった。
- 後遺症に悩む人が**ワクチン接種をしていた**場合、していない人と比べて、後遺症の症状が**消失した人が多かった**。



# ワクチンは後遺症どう影響するか

COVID-19にならないのが一番であるが、

- 事前にワクチンを接種したほうが  
後遺症の頻度を減らす可能性がある。
- かかった後でもワクチンを接種したほうが  
症状が良くなる可能性がある。



# COVID-19後遺症のまとめ

- 発症から**100日以上経っても**何らかの症状に苦しめ悩まされる人がある。
- **多彩な症状**が出て、皆「不安」を抱えて過ごしている。
- COVID後遺症は、**多くの場合で改善**してくる。

