

オミクロン株への対応

川崎高津診療所 松井英男

1 はじめに

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)は、オミクロン株の出現により新たな局面を迎えています。このウイルスの特徴は、短い潜伏期間（感染から発症までの期間で2-4日）とワクチン接種者の入院・死亡率が低いということです。感染者数の増加に目を奪われることなく、冷静な判断で日常生活を送りたいものです。しかし、日本では感染症対策の司令塔がはっきりせず、具体的にどうしたらよいかわからないのが現状です。ここでは、アメリカ疾病予防管理センター(CDC)が公表している、オミクロン株への一般市民向けの「検疫と隔離」について紹介します。

2 用語について

まず、「検疫」(Quarantine)、「隔離」(Isolate)、「暴露」(Exposure)、「濃厚接触」(Close Contact)の意味について解説します。

「検疫」(Quarantine)とは、もともとはイタリア語で40日を意味します。これは、14世紀に世界中でペストが猛威を振るったときに、船舶を40日間沖合に停泊させてから入港させれば、新たな感染を防げることがわかっていたことに由来します。現在では、港湾や空港で病原菌や有毒物質の検査を行う意味に用いられますが、伝染性の感染症では、感染者と濃厚接触などをして感染の伝播の恐れが有る場合に、他の人から距離を置いて発症するかどうか経過観察することを指します。これに対し、「隔離」(Isolate)とは、症状があるなしに拘らず（検査で陽性を含める）、伝染性のウイルスに感染している場合にとられる措置で、より厳しい制限があります。「暴露」(Exposure)とは、SARS-CoV-2の感染者と接触し、ウイルス感染が起こる可能性が高い場合で、マスクなしで感染者と至近距離で接した場合などが相当します。それでは、よく耳にする「濃厚接触」(Close Contact)とはなんでしょうか。CDCの定義では、感染者と6 feet(約1.8m)以内の距離で、24時間のうち累計で15分以上の接触があった場合を指します。例えば、5分ずつの接触で3回でも濃厚接触となります。これは、アメリカの刑務官（マスクあり）が感染した囚人と1分間の接触を17回おこなって感染したとのビデオ解析による報告²⁾に拠っています。ところで、オミクロン株は第2波と同様、海外からやってきた

ものです。多くは航空機経由と思われませんが、人の往来がある以上、ウイルスの伝播は防げません。コロナ禍における航空機での旅が安全かどうかについては前著で述べた通りです³⁾。結論としては、長時間の飛行はある程度のリスクを伴います。日本では、最初の感染者の前後 2 列を含めた座席の乗客が「濃厚接触者」とされているようですが、機内では人の移動による気流の変化があるので、どの座席で感染がおきても不思議ではなく、感染者が搭乗していた場合、完全に防御することは難しいのです。また、航空機によっては、換気によりエンジンの有毒ガスが取り込まれるという問題もあります。

3 検疫

ウイルスへの暴露が予想される日を第 0 日とし、第 1 日とは COVID-19 患者との最後の接触から丸一日経過した日までとする。この場合、他の人から離れて最低 5 日間の家での待機が望ましいが、以下場合において考える。

- 1) COVID-19 患者と接し、ワクチン接種が最新でない場合（ブースターを含め 3 回接種していない場合、現時点でほとんどの日本人がこれに相当します）

家で最低 5 日間待機（検疫）し、周囲に人がいるときは、顔に密着したマスクをつける。症状がなくても、5 日以内に検査を受ける。検疫後は、接触後 10 日目までは症状が出るかどうか経過を観察する。もし症状が出れば直ちに検査後、結果が出るまで家で隔離となる。その後、予防的に接触から 10 日目までマスクを装着し、マスクをつけられないところ（レストランやジムなど）には行かない。旅行は避け、ハイリスクの人（免疫抑制状態、重い疾患にかかっている人など）の周囲には近寄らない。

- 2) COVID-19 患者と接し、ワクチン接種が最新の状態（3 回接種）あるいは、過去 90 日以内に COVID-19 と診断されている場合

症状がでない限り、家で待機する必要はない（検疫は不要）。ただし、症状がなくても、濃厚接触の場合は 5 日以内に検査を受ける。また、症状が出るかどうか 10 日間観察する。もし、症状がでた場合は、1) に準じる。予防的に接触から 10 日目までマスクを装着し、マスクをつけられないところには行かない。旅行は避け、ハイリスクの人の周囲には近寄らない。

4 隔離

隔離における第 0 日とは、症状発現日ないしは陽性が出た検査日とする。第 1 日は、最初の症状発現ないしは検査日から丸一日経過した日とする。COVID-19 と診断されるか症状がある場合は、最低 5 日間の隔離をする。

ワクチンの接種の有無にかかわらず、COVID-19 陽性、ないしは症状がある場合は以下のようにする。

家での隔離を 5 日間するが、他の住人とは隔離し（部屋やバスルームを分ける、専用の家庭用品を使う、換気をするなど）、マスクを装着する。5 日の隔離後で 24 時間解熱剤の使用なしで発熱がなく、他の症状が軽快している場合は隔離を終了して良い。可能であれば、抗原検査で陰性を確認する。

予防的に第 10 日目までマスクを装着し、マスクをつけられないところには行かない。旅行は避け、ハイリスクの人の周囲には近寄らない。第 10 日までで症状が重い場合（呼吸困難など）は医師に相談する。

5 おわりに

感染者数が増加しても、適切な対応をとっていれば、オミクロン株を過剰に恐れる必要はありません。現在の状況は、これまで述べてきたようにウイルスの弱毒化が始まってきたとも考えられます。今回紹介したのは、あくまで米国 CDC の一般向けのガイドラインであり、医療従事者、各種職場、学校などでは個別の対応が必要です。いずれにせよ、人々が安心できわかりやすい指針を迅速に発表していくのが国の仕事と思うのですが、日本の場合それができているかどうか疑問です。

文献

- 1) Centers for disease control and prevention. Quarantine and Isolation.
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html> (cited 2022/01/13)
- 2) Pringle JC, et al. COVID-19 in a correctional facility employee following multiple brief exposures to persons with COVID-19-Vermont, July-August 2020. MMWR 69(43):1569-1570, 2020
<https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/wr/mm6943e1.htm> (cited 2022/01/13)
- 3) 松井英男. 飛行機の旅は安全か. 新型コロナウイルス感染症最新の研究. pp.72-83, ビジヨナリー・ヘルスケア出版, 2021 年
https://kt-clinic.jp/global-image/units/upfiles/6721-1-20210517093117_b60a1b95563458.pdf (cited 2022/01/13)

川崎高津診療所コラム 「オミクロン株への対応 v1.1」 2022/01/13

©Kawasaki Takatsu Shinryo-jyo, All rights reserved.