英国ヘルスケア通信

日本クラブ

Vol. 6　2021年12月

警戒が高まるこの冬の感染症

この冬は新型コロナウイルス感染症（COVID-19）だけでなくインフルエンザや他の冬の感染症も流行するのではないかと考えられ、インフルエンザワクチン接種への英国全体での取り組みが強化されています。去年はロックダウンや規制があり接触機会が少なかったため、COVID-19以外の感染症も抑制されていましたが、今年は免疫がない分広がると予想されているからです。初夏に日本で小児のRSウイルス感染が急増したのも同じ理由でした。そのため、英国は学校でのインフルエンザワクチン接種年齢の幅を広げ、着々と接種をすすめています。高齢者においては、11月前半の時点で65歳以上の約70％が既にインフルエンザワクチン接種済みだそうです。それ以外の年齢層では、就学前の2〜3歳は約33〜34.3%、妊婦さんでは26％程度とまだやや少ないようです。

英国政府の発表によると、急性呼吸器感染症の患者さんの数は昨年の今頃よりも、1歳未満から14歳で2〜3倍、15歳から45歳で約2倍とかなり増加しています。メディア上で'Super cold'や'Freshers flu'という言葉を見かけた方もいらっしゃるのではないでしょうか。高熱の後に激しい咳が残る感染症が流行ってきているようです。COVID-19が蔓延している中、そのような症状が出た時にまずやるべきことはCOVID-19のPCRテストですが、自宅に迅速検査キットがある場合それを試す方も多いようです。両方やるのであれば良いのですが、手軽な迅速検査キットで陰性だからと安心してしまうのは間違いです。

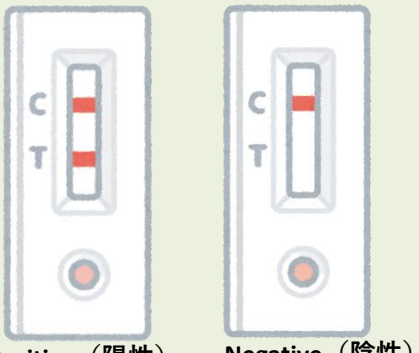
英国政府、NHSのサイトを見て頂ければわかりますが、基本は「症状があればPCRテストを受ける」です。主症状として、「高熱、新しく出現した長引く咳、嗅覚や味覚の異常」がパンデミック当初から言われています。しかし、デルタ型が蔓延してからは、風邪と区別別がつかない自覚症状に変わってしまいました。今や、「鼻水、咽頭痛、頭痛などの軽い風邪症状」と思った場合でもPCRテストを受けるべきです。新たな変異型を広げないためにも、結果が陰性とわかるまでは出社や外出など、人と会って感染を広げるような行動は控えましょう。

◆ Rapid Lateral FlowテストとPCRテスト

迅速検査は英国ではRapid Lateral Flow Test (LFT)として無料で入手でき、無症状でも検査することができるようになっています。浮かび出てくるのがコントロールの線だけなら陰性、その他にもう1本線が見えたら陽性、と結果がわかりやすく、家庭でも検査結果に悩むことが少ないため、新型コロナウイルス感染者の3人に1人は無症状であろうと言われる現在、週に2回の検査が推奨されています。COVID-19ワクチン2回接種済みであっても、ブレイクスルー感染でウイルスを運ぶリスクはやはり残っており、「定期的な検査のすすめ」は変わりません。

このLFT、今までにも病院を受診した際などに似たものを見た記憶のある方は多いでしょう。インフルエンザや溶連菌感染の迅速検査も理屈としては同じですし、日本ではRSウイルスの迅速検査やアデノウイルス感染の迅速検査も小児科などで行われています。もっと一般的なところでは市販されている妊娠検査キットも仕組みは同じです。もちろんそれぞれターゲットとしている抗原（蛋白質）が異なっているため、別のものを調べることはできません。

簡便で使いやすい検査ですが、感染した後、ウイルスを伝播する状態（感染性がある状態）になってもすぐに陽性になるわけではないため、実は陰性でも安心はできないのです。症状が出てウイルス量が多い時点での信頼性に較べ、ウイルス量のピークから外れるとPCR検査ほどの確かさは期待できないからです。



Positive（陽性）　Negative（陰性）

発行：　日本クラブ診療所運営委員会　　原稿：ジャパングリーンメディカルセンター　金城葉子（きんじょうようこ）医師
日本クラブ　TEL: 020 7921 9490　Email: jimukyoku@nipponclub.co.uk　HP: nipponclub.co.uk

一方PCR検査の方は、LFTよりも早い時期から陽性になり、陽性の期間が長く続きます。周囲で「LFTテストが陰性で風邪と思っていたのになかなか良くならないから念のためにPCR検査を受けてみたら陽性だった」という話を聞いたことがないでしょうか？感染拡大を食い止めるためには、「LFTでは陰性だが実際にはCOVID-19を周囲に広めている」可能性を最小にすることが重要です。少しでも症状があるように感じた時は、自分の周囲の人、自分が出会う人を感染から守るために、必ずPCR検査まで受けるようにしましょう

日本では状況に応じて最適な検査方法を選択することが大切と考えられ、また簡便に偽陰性結果を得た場合の公衆衛生のうえでのリスクも考慮され、簡易的な抗原検査はいまのところは推奨されていません。(ちなみに11月12日時点での東京の抗原検査陽性者は897人中3人、PCRテスト陽性者は2646人中10人で、陽性率はそれぞれ0.33％と0.38％とのことです。)

「症状がない時に念のために調べるのがRapid Lateral Flow Test」

「風邪のような症状が出た時は必ずPCR テスト」

と覚えてください。

最近はPCR テストの結果は翌日には届くことが多いので、陰性を確認した後に心配であればインフルエンザ迅速検査を受けに受診されても、抗インフルエンザ薬の開始のタイミングにも間に合うでしょう。COVID-19を否定しておけば、解熱後に咳がしつこく残る場合も、診断や処方がスムーズになります。

◆　基本は手洗い・うがい・マスク

しつこく咳が残ったり気管支炎になってしまったりする感染症は、実はパンデミックの少し前にもいくらか流行っていました。当時はまだ一部アジアでの感染症のように思われていた頃です。それを思い出して「あの時自分はCOVID-19だったのではないか」と思われた患者さんもいらっしゃったようです。今となっては真実はわかりませんが、当時その感染症が家族や会社、あるいは受診した医療機関で大きく広まったということはなく、明らかにCOVID-19とは動向が異なっていたと考えています。感染症はそれぞれ広がっていく力に差があります。例えば、嘔吐や下痢で有名なノロウイルスは10個～100個程度でも感染すること、乾燥した吐物の拭き残しからも感染することが有名です。激しい咳で知られるマイコプラズマ感染は、飛沫感染や接触感染ではあるものの感染力はインフルエンザほど強くなく、家族や学校、寮生活など、接触している時間が長い場合に感染することが多いと言われます。

新たな変異型「オミクロン型」が英国を含め複数の国で検出され、イングランドでも公共機関やスーパーマーケット等でのマスク着用が再び必須になりました。この繰り返しがいつまで続くのかと不安になることもあるでしょうが、基本はワクチン接種と、昔ながらの、手洗い、うがい、マスクや「咳エチケット」（咳やくしゃみがあるときはマスクを。咳やくしゃみを他の人にむけてしない。鼻水や痰を含んだティッシュはゴミ箱へ。掌などで咳やくしゃみを受けたときはすぐに手洗いを。）で感染症の予防に努めることも大切と考えます。さらにここに、たとえPCR検査が陰性であっても、つまりCOVID-19に感染している可能性が低くても、何らかの感染症の可能性があるのであれば出歩かず自宅で安静にする、という新たなエチケットが定着することを願っています。

National flu and COVID-19 surveillance reports: 2021 to 2022 season

https://www.gov.uk/government/statistics/national-flu-and-covid-19-surveillance-reports-2021-to-2022-season

Understanding lateral flow testing for people without symptoms
https://www.gov.uk/guidance/understanding-lateral-flow-antigen-testing-for-people-without-symptoms

東京都新型コロナウイルス感染症対策サイト
https://stopcovid19.metro.tokyo.lg.jp/cards/positive-rate/

Get tested for coronavirus (COVID-19)
https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/testing/get-tested-for-coronavirus/

ジャパングリーンメディカルセンター
金城　葉子(きんじょう　ようこ)