

# インタビュー コロナ流行下の健康管理

コロナ感染予防とコロナ以外の健康対策を両立するために。

東京医科大学病院 渡航者医療センター

濱田篤郎 特任教授

## コロナと共存する時代へ

——コロナ禍が発生してから2年近く経ちます。

「ポストコロナ」「新しい生活様式」は、すでに古い言葉になったと感じています。

今年の4月にインドで感染力の強いデルタ株の大流行が発生し、それ以降、世界各地でデルタ株の流行が起こり、新型コロナウイルスの終息は難しくなりました。今は終息を期待するよりも新型コロナウイルスの流行と共存していくことが大切だと思っています。ただし、それはマスクなどの予防対策を常時行ったり、緊急事態宣言や海外であればロックダウンを何回も発出したりするような共存ではありません。新型コロナウイルスをインフルエンザ同様、季節性の感染症にしてしまうのです。まずはコロナワクチン接種を拡大させ、多くの国民を一定の免疫レベルにまで到達させます。コロナワクチンの発症予防効果はデルタ株に対してやや低下していますが、まだ有効な域にあります。重症化予防効果はそのまま維持されています。その上で、新型コロナウイルスの流行が再燃してきたら、マスクなどの予防対策を強化して対処します。ワクチンの追加接種も必要になるでしょう。コロナ対策で一番成功していると言われるイギリスでは、ワクチン接種が60%以上に広がったことで、感染者が1日に2~3万人出ても入院する人や亡くなる人は少なくなりました。コロナがインフルエンザのように変わってきていると言っているでしょう。

ただし、今後の懸念として、ワクチンが効かない変異株が生まれてくる可能性があります。その時は、インフルエンザと同じように、ワクチンを変えて対応することになるでしょう。

——ワクチン接種は途上国では遅れています。

今後、長期戦を余儀なくされる中で、コロナは先進国では季節性の流行病、途上国では風土病的な病気になっていくと考えます。

日本を含め先進国では、コロナワクチンを年に1~2回接種することで季節性の流行に備える。一方、アジアやアフリカなどの途上国では、WHOが力を入れてワクチンを無償で提供しているものの、十分な量ではありません。ワクチン接種率が上がらないこうした国では、コロナは風土病的に常時流行する感染症になる可能性があります。そうした国に滞在する場合は、コロナワクチンを追加接種していくことも考えなければなりません。

## 気を付けたい生活習慣病

——海外赴任先ではどういった健康対策を。

予防接種と日々の生活面での注意を怠らないことです。

どの国でもコロナ感染の流行がベースにあるので、行動制限は緩和されても、感染が広がれば再び強化される可能性があります。まずはメンタル面への対応が求められます。生活習慣病にも気を付けてほしいと思います。ステイホームは運動不足になりがちで、飲酒が増えてしま