

# コロナウイルス&インフルエンザ ウイルス感染予防対策

市川治療室 No.387.2020.11

厚生労働省のHPに各都道府県別のインフルエンザ患者数が発表されています。  
下記は10月12日～18日（42週）のインフルエンザ患者数です。

- ・ 1名…宮城県、福島県、茨城県、東京都、神奈川県、新潟県、山梨県、長野県  
岐阜県、静岡県、愛知県、三重県
- ・ 2名…大阪府
- ・ 3名…鹿児島県、沖縄県

日本全国で合計20名。昨年の同期間では3550名の患者と報告されています。  
10月5日～11日（41週）では患者は17名。昨年同期では4421名です。

10月18日現在、インフルエンザ患者は昨年の同時期と比べて42週は177分の1、41週でも220分の1という桁違いの驚くべき少なさです。

理由はなぜでしょうか？

新型コロナウイルスでの感染者数が世界に比べて桁違いの低いことと関係はあるのでしょうか？

感染者数は検査数に関係しますが、新型コロナウイルスの重症者や死者の数が日本は欧米に比べて桁違いに低いことはご存知の事と思います。

新型コロナウイルスによる死者数については日本だけではなく東南アジア諸国も同様の傾向があることは以前お知らせしました。

この理由は「ファクター-X」とも言われますが、いまだに明快な回答が得られていないとされています。

新型コロナウイルスの対策として手洗い・マスク・適度な距離などが有効とも考えられますが、東南アジア諸国では日本ほど手洗いの習慣があるかどうかわかりません。

1981年にイギリスで設立され39年間にわたって、水・衛生分野に特化して活動している国際NGOのウォーターエイトは以下の様な事実を発表しています。

「…世界で手洗いを行われている率は非常に低くその数字に開きがあります」

マスク装着については、その効果について有効（日本・東大研究など）、それほど有効ではない（スウェーデン政府など）との意見があります。

インフルエンザウイルスや新型コロナウイルスなどのウイルス感染予防には、手洗いやソーシャルディスタンス（適度な距離）、マスク装着など一般的な対策の他に「栄養・湿度・保温」などが挙げられます。

1. 栄養 …タンパク質（卵など）の摂取は免疫機能向上にも必要です。
2. 湿度 …喉・鼻の粘膜が乾燥しているとウイルスが付着しやすいため湿りが重要。  
水分の補給は熱中症対策のみではありません。

3.保温 …喉の後ろにあたる背骨部分の保温が重要。頸部・背部を温めましょう。

新型コロナウイルス感染に関しては、既に実効再生産数が「1」を下回っているので終息傾向と考えられます。

現時点で昨年同期と比べて極端に発症者が低いインフルエンザウイルス感染に関してはこのままの状態が続けばいいですね。

今月ご紹介した本に紹介されている「集団免疫説」は知っておいてもよいと思います。