

「21年は変異株との闘い」の話

新政権発足のおよそ60日でワクチン接種1億回を達成しました!

必要なワクチン供給量を確保したことから5/1までには全州で健常者を含む全対象者へ接種開始出来る見込みです。それに伴いマスク義務化を時期相応に解き、規制緩和へ動く行政の動きも目立ち始めました。ほぼ週6日病院で過ごす筆者にとって、一番の不安は変異株の蔓延です。新型コロナウイルスの脅威は依然として変わりなく続いており、ガードを緩めて羽目を外す行為はもっての外です。ワクチン接種が進んでいるからといって感染が制御されていると考えるのは誤解です。

チンの種類には関係なく、接種を済ませることがイギリス変異株への有効手段となります。

ワクチンの副反応よりもワクチン接種がもたらす恩恵が大きいことを改めて強調します。米国立アレルギー感染症研究所のファウチ所長も、まずはワクチンを接種することがイギリス変異株に対しての最大の防御策だと認識しています。集団免疫獲得のためには85%の人口が完全接種する必要があるといわれています。到達するには皆さんのワクチンへの正しい知識と理解が不可欠です。これから、ワクチン接種の加速が進むか、イギリス変異株の感染拡大が進むか、今、私たちは岐路に立たされています。

しかし、ワクチン頼みの防御対策は問題があり、非常に危険です。なぜならイギリス変異株以外にも南アフリカ変異株やブラジル変異株の感染症例が既に米国で報告されており、こうした数々の変異株に対するワクチン効果は確実ではなく、あまり期待出来ないと考えられているからです。さらに自国発変異株の脅威もあります。すでにカルフォルニア変異株やニューヨーク変異株が見つかっています。各国独自の変異株も世界中で報告されており、日本も決して例外じゃありません。パンデミックが長引き、ウイルス感染が続くほど、ウイルスは変異し続けていきます。これでは優秀なワクチンが諸刃の剣になってしまいます。

変異株への完全対策として「ウイルスに感染

しない!ウイルスを複製させない!ウイルスを移さない!」が絶対原則なのです。

パンデミック発生から1年が経ち、コロナ疲れや慣れで危機感が麻痺しているのも理解出来ます。しかし正常の生活へ早く戻りたいならば、マスク着用と社会的距離の確保は絶対的に必要です。

ワクチン接種が増えるとそれで全てが解決したと思いがちですが、変異種に対抗するため、防疫の重要性を再度認識して頂きたいのです。

また米国におけるアジア系住民への風当たりはより一層強くなり息苦しい生活になりました。ヘイトもウイルスも早く無くなって欲しいです。

あるドキュメンタリーを観て…

ある休日に筆者は聴覚障害のある医師のドキュメンタリーをネットで拝見しました。耳が聞こえない内科医である今川医師が、音のない世界で患者をどう診るか?しかし、パンデミック下ではマスクを着用するため、リップリーディングが全く出来ず、悪戦苦闘する医師の奮闘ドキュメンタリーでした。私も片耳難聴なのでマスクの常時着用が定着してからより音が聞こえ難くなっています。そんな経験から今川医師の苦勞と努力を察し、心打たれながら映像を観てしまいました。マスク無しの生活に早く戻りたい…そう素直に願うばかりです。

第4波は変異株の蔓延

最悪のシナリオは変異株の感染拡大と第4波です。フランスを含むヨーロッパでは、イギリス変異株の蔓延とその第3波により、再びロックダウンを導入しました。現実的に考えてアメリカでもイギリス変異株が蔓延する可能性は十分にあり得ます。CDCによりますと、現在米国でのイギリス変異株の蔓延度は全体の30%と推測されています。またイギリス変異株は従来株より感染力と重症化が強いことを考慮すれば変異株蔓延は時間の問題ともいえるでしょう。既存のワクチンはイギリス変異株に対して、ある程度の免疫効果はあります。したがってワク

二重マスクの推奨

変異株防御対策の更なる切り札として二重マスク着用を強く推奨します。しかし、単にマスクを重層化すれば良いという単純な話では無く、使用している普段のマスクを隙間無くよりフィットさせるのが鍵です。CDC主導の最新研究結果「マスクの性能向上及び新型コロナウイルスの感染や飛沫暴露を低減するために、布製マスクとサージカルマスクのフィット感を最大化する方法」という題で既存のマスクをフィットさせる重要性とその有効性が強調されています。不織布のサージカルマスクを先に付け、その上で布製マスクを重ねて着用すること

で鼻や口、顎にぴったり隙間無くフィットします。現大統領やファウチ所長も二重マスクをしています。フィット力向上のためにノーズワイヤー(マスクの上部に沿った金属片)付のマスクを選んで下さい。またマスクフィルターを使ったり、マスクの上からナイロンで覆ったり、マスクブレースを使用したり様々な工夫ができます。N95やKN95などの高性能マスク着用時には二重マスクは不要です。人混みの中や密状態にはダブルマスクを是非着用願います!

学生医師 中川裕介

変化に満ちた1年でした。そして今、COVIDも変化しています。変異株と呼ばれるCOVIDウイルスは感染力が強いと言われています。けれども、変わらないこともあります。それは、正しい行動で感染拡大を抑えようとする私たちみんなの決意です。— マスクをつけ、2mの間隔を保ち、順番がきたらワクチン接種を受ける — さあ力を合わせて、一緒にCOVIDを撃退しましょう。

詳しい情報は cdc.gov/coronavirus

アメリカ合衆国保健社会福祉省からのお知らせでした。

変わるウイルス 変わらぬ戦い

私たちなら、できる!

しっかりと顔にフィットしたマスクを着けることは新型コロナの拡大を抑えるのに有効です

実験室での結果では、感染性のエアロゾルは顔にしっかりとフィットしたマスクを用いると約95%減らすことができました

マスクをフィットさせるその他のオプション



サージカルマスクの上に布製マスクを覆う

CDC.GOV



サージカルマスクの両端に結び目を入れる



マスクフィッターを使う



マスクの上からナイロンで覆う

MMWR