

教えて!ドクター

尾下先生

Q&A



糖尿病内科
尾下 雄紀

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) と生活習慣について

Q COVID-19 の重症化リスクは？

いままでの研究で、重症化しやすいのは、高齢の方、基礎疾患のある方、一部の妊娠後期の方とされています。重症化のリスクとなる基礎疾患には、COPD、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患、肥満、喫煙があります。

Q COVID-19 と糖尿病の関係は？

海外の統計で、一般人口と COVID-19 患者における糖尿病をお持ちの方の割合に大きな差はなく、現時点で糖尿病があると感染しやすい、とは言えない状況です。一方で、重症化した COVID-19 患者では糖尿病の方の割合は高かったとされ、糖尿病は COVID-19 の重症化リスクと言えます。糖尿病があっても、入院中の血糖が 70-180 mg/dL の範囲に収まっている方々 (良好血糖群: 平均 HbA1c7.3%) では、糖尿病のない方々と重症化リスクは同等であり、入院中の血糖が 180 mg/dL を越えることのある方々 (平均 HbA1c8.1%) では重症化リスクは良好血糖群の 10 倍近くとなるとの報告があります。血糖値がどのくらいで重症化しやすいかはまだわかりませんが、糖尿病の状態が良くないと COVID-19 の重症化リスクも高くなると言えます。

Q COVID-19 と高血圧の関係は？

現時点では高血圧があると COVID-19 に感染しやすくなるとは考えられていません。高血圧がある場合は重症化・死亡リスクを倍以上に増やすという報告がある一方で、あまり差がなかったという報告もあり、高血圧がどの程度重症化させやすいかははっきりしていません。高血圧に伴う動脈硬化による臓器障害や、高血圧自体が加齢に伴って増加することもあり、それらの影響が複雑に絡み合っている可能性が考えられています。

Q COVID-19 と肥満の関係は？

アメリカの研究で、BMI (肥満度を表す体格指数で [体重 (kg)] ÷ [身長 (m) の 2 乗] で算出) が 30 以上の肥満の人は、そうでない人に比べ COVID-19 の感染リスクが 46% 高く、集中治療室で治療を受けるリスクは 74%、死亡リスクは 48% 上昇したという報告があります。またイギリスの研究では、BMI が 28 以上で死亡が増加し、BMI が増加するほど死亡率も直線的に増加していくと報告されており、肥満は COVID-19 の感染・重症化リスクになると言えます。

Q COVID-19 と喫煙の関係は？

喫煙と COVID-19 への感染しやすさの関係ははっきりしません。COVID-19 感染者で喫煙者が少なかったとする報告も一部ありますが、かかった直後に禁煙した人を非喫煙でカウントしている可能性があり、この報告で、喫煙で感染しにくくなるとは言いがたいです。喫煙が COVID-19 の重症化リスクとなる報告はいくつかあり、非喫煙者の 2-3 倍程度重症化しやすいと考えられています。

Q COVID-19 から身を守るためにできることは？

実際に COVID-19 の診療に当たっていると、ワクチン接種が進み、流行初期には重症化してしまい救うことのできなかつたようなご高齢の方で、感染例が減り、感染したとしても軽症・中等症で済む症例が増えていると感じます。重症化リスクをお持ちの方はこれを機に生活習慣を見直しリスクを低減し、ワクチン接種も前向きにご検討いただければと思います。また、ワクチン接種が済んでいても感染する事例も散見されており、ワクチン接種された方におかれましても、手指衛生やマスク着用などの基本的感染対策の継続をお願いできればと思います。

糖尿病センター

月曜日～金曜日の診察が可能です。
予約制となりますので、受診をご希望される方は
まずご相談ください。

診療体制

	月	火	水	木	金
担当医師	仲	仲	西森	仲	西森
	依田 (AM初診)	尾下 (AM初診) 佐々木 (PM)	久保田 (AM初診)	尾下 (AM初診)	依田 (AM初診) 仲 (循環器AM)