

※ CDCガイドラインの最新情報をどよりも早くお届けします！ 編集長／矢野邦夫

月刊CDCガイドラインニュース

8月号

第九十二回

〈市中でのマスク〉

新型インフルエンザの流行により、市中でマスクをした人々をよく見かけた。そして、マスクが枯渇して、一般市民が入手したくても手に入れない状況も経験した。「マスクが足りなくなるかもしれない」などと心配している病院さえあった。もともと、日本人はマスクに違和感を持たない民族であり、実際、風邪やインフルエンザの流行期ではマスクを着着する人の数が増える。このような状況のなかになると、マスクは風邪やインフルエンザの予防にかなり有用であると思ってしまう。そして、「感染しないためにどうすればよいか？」と問われると、「マスクを着着してウイルスを吸い込まないようにする」と答えてしまうのである。手洗いの重要性を忘れて…。

ここで、CDCが公開した「新型インフルエンザ A (H1N1) ウイルスの伝播を軽減させるためのフェイスマスクおよびレスピレータについての暫定勧告」(<http://www.cdc.gov/h1n1flu/masks.htm>) および「インフルエンザパンデミックにおける特定の一般大衆におけるフェイスマスクおよびレスピレータの使用についての暫定勧告の要点」(<http://www.cdc.gov/Features/MasksRespirators/recommendations.html>) を紹介したい。実は、市中においてフェイスマスク（外科用マスクなど）やレスピレータ（N95 マスクなど）がインフルエンザ感染の危険性を減らすのに有効だという情報はあまりに少なく、明らかな科学的根拠はない。有効性の根拠が確認されていないにもかかわらず、インフルエンザ対策としてマスクがあまりにも強調され、他の重要なことが忘れ去られているのである。

CDC は市中で人々がマスクを着着することについて必ずしも肯定的ではない。そして、**マスク装着という単一の対策のみを実施しても感染対策は十分であり、一つひとつの対策を組み合わせることによって感染の危険性を減らすことができる**ことを強調している。

- 咳やくしゃみをするときはティッシュにて口や鼻を覆う。
- 目、鼻、口への接触を避ける。
- インフルエンザ様疾患の人々は自宅に留まり、他の人々への接触を最小限にする。これは、症状が始まってから7日間、または症状が消失してから24時間が経過するまでどのくらい長い期間実施する。
- インフルエンザ様疾患のある人への濃厚接触（2メートル以内に近寄ることを避ける）。

この勧告において、CDCは「インフルエンザによって重症疾患になる危険性が高くない人（非ハイリスク者）」と「重症疾患になる危険性が高い人（ハイリスク者）」（5歳未満、65歳以上、妊婦、免疫不全者など）に分けて勧告しているが、市中に新型インフルエンザが流行していない状況では両者ともにマスクを使用することは推奨していない。市中に流行している場合では人混みでなければ、やはり両者ともマスクの使用は推奨されない。市中に流行している、しかも人混みであっても前者ではマスクの使用は推奨されず、後者では「このような状況を避ける。もし避けられないならば、フェイスマスクまたはレスピレータを考慮する」としている。

CDC が市中でのマスク着用について強調していることは、①市中におけるインフルエンザ予防についてのマスクの有効性の科学的エビデンスはほとんどない、②市中では基本的にはマスクを使用しない、③新型インフルエンザが流行しているときに、ハイリスク者が人混みに入るときにはマスクを使用することを考慮する、④マスクのみが感染予防策ではなく一つひとつの対策を組み合わせることが大切、ということである。

プロフィール

やの・くにお
 県西部浜松医療センター 副院長 兼 感染症科長
 「ねこころで読める CDC ガイドライン（メディカ出版）」等、CDC 関連の編・訳書多数。

●今月の矢野編集長
 新幹線に乗車したら、恰幅のよい男性が N95 マスクをして熟睡していた。これには驚いた。N95 を装着して熟睡なんて、神業だ！

