# コロナウイルス文献情報とコメント(拡散自由)

2022年8月1日

BMJ:

長期的な嗅覚味覚障害の影響

【松崎雑感】

新型コロナに感染した人々の20人に1人は（ひょっとして）永続的な味覚障害（あじがわからない）、嗅覚障害（においがわからない）に悩まされる恐れがあり、それは人生の楽しみの多くの部分を奪い去って、文字通り「砂を噛むような」人生の入り口となる可能性があるという論説です。この原因を突き止める研究も進み、嗅覚トレーニングという手法で、失われた機能を回復する治療法も進み始めているようですが、コロナ感染後の生活の質を改善するためにも、この分野の調査と研究は重要と考えます。

松崎道幸　道北勤医協ながやま医院　matsuzaki-m@dohoku-kinikyo.or.jp

# 長期的な嗅覚味覚障害の影響

Kye Wen Tan N, Jing-Wen C, Tan, et al. The burden of prolonged smell and taste loss in covid-19. *BMJ*. 2022;378:o1895. Published 2022 Jul 27. doi:10.1136/bmj.o1895

「急に照明のスイッチを切ったようでした」 これは、新型コロナ感染後急に嗅覚味覚傷害が出現した患者の言葉である。「発病から3日目の昼食時、スープを一口飲んだ後、急に味も香りも消えました」

新型コロナ感染後の味覚嗅覚障害は、よくある合併症であり、感染者の半数が経験するという[1]。これは新型コロナウイルス感染がもたらす神経の炎症、伝導障害によると考えられている[2～5]。

回復までに長期間を要する場合もある。われわれが本誌に発表した12か国3699名の調査によれば、発病から30日後の時点で、嗅覚障害の74%と味覚障害の79%が回復していた[6]。

6か月後、嗅覚障害の96%と味覚障害の98%が回復していた。18件の追跡調査研究結果に数学的モデルを適用して回復率を予測したところ、嗅覚障害者の5.6%と味覚障害者の4.4%で障害が継続するという結果が得られた[7]。

2022年7月時点での新型コロナ感染者数5億5千万人から考えると、世界中で1500万人の嗅覚障害、1200万人の味覚障害者がいることになる。ロングコロナの負荷が一層高まる。さらに、調査は自己申告に基づいているため、真の障害者数はさらに多いだろう[7]。

これらの障害は女性と、鼻閉および当初味覚障害の強い人々に多く発生していた。発病から27か月後も嗅覚障害の治らない患者もいる。

嗅覚障害の軽重のほかに、「異臭症」あるいは「幻覚嗅症」という状態も問題になる[8]。この状態が続くと日常生活に様々な困難が生じ、すっかり気持ちが沈んでしまう。これらの症状は、障害された神経線維が誤再生するために発生すると考えられる[9]。

これらの障害は一直線に軽快するとは限らない。日によって嗅覚障害の度合いが動揺し、2年半前の発病時と同じようなほとんど臭いの感じられない日もあると訴える患者もいる。また、味覚障害が6か月ぶりに治ったと思ったのに、その後再び完全に味覚が失われた状態になる患者もいる。

嗅覚や味覚が正常であることは当たり前のことと思ったなら大まちがいである。

ある患者は「嗅覚障害を経験して初めて、この感覚機能が日常生活を正常に送るために不可欠であるという事実を全く理解していなかったことが分かった」と語っている。

突然、嗅覚と味覚障害が発生すると、患者の生活の質が大きく損なわれる。

嗅覚味覚障害により、食事を楽しむことが不可能になり、食事が栄養を補給するための無機質な雑事になってしまう。

この結果栄養失調となることも多い[10]。食事を大きな楽しみとしてきた人々が味覚障害になると、別なことを生きるための楽しみとして探さなければならない。

またそのような障害を持った人々は他人から疎外されたり誤解され人間関係が悪化する恐れがある。

「今までと同じように付き合うことができない」「この障害の苦しみは同じ障害を持つ人にしかわからない」と嘆く人々もいる。

日常生活に大きな支障が出ると、メンタルヘルスが大きく低下する。

ある女性の患者は、嗅覚症障害によって、メンタルヘルスが大きく損なわれ、不眠、自殺企図などうつ状態の悪化がもたらされたと語る。

精神科の治療カウンセリングを受けても、状況はほとんど改善しなかったという。この障害がいつまで続くのか、果たして治るのかと考えると絶望的な気持ちになるという。

嗅覚障害の始まった患者は、当初、そのうちに治るだろうからと、状況を深刻に受け取らなかったという。「しかし、嗅覚障害が治らないので、精神的に参ってきた。頭がおかしくなったと感じた。もう死ぬまで食べる喜びを味わう事ができない。この苦しみは他人にはわかってもらえない」と語っている。

これまでの経験によれば、嗅覚味覚障害によりうつ病、認知機能障害、死亡率の増加がもたらされることが分かっている[12,13]。

新型コロナ感染によって発生した嗅覚味覚障害者が同様の予後をたどるようになるかどうかは、時間が経ってみないと何とも言えない。

新型コロナ感染後の脳を検査すると、嗅覚皮質領域の灰白質組織の障害と容積の減少が報告されている[14]。

嗅覚トレーニングによって、関連する領域の皮質容積が増加したという知見があるため[15]、これが嗅覚信号の入力低下によって起きている現象であって、回復の可能性もあると考えられる。

嗅覚味覚障害などのロングコロナ症状に対する準備がほとんどできていない臨床の場で、これらの患者が十分なサポートを受けることは難しい。

わからない問題がたくさんある。なぜこの障害が女性に多いのか？一生治らない恐れがあるのか？改善を速める治療法はないのか？嗅覚トレーニングはどれくらい効果があるのか？これらに応えるためには、臨床と研究の場のすべての人々が真剣に努力をする必要がある。

嗅覚味覚障害に悩む患者さんをサポートする団体が存在するのは心強い。

嗅覚トレーニングへの誘導も有益だろう。

同じ病状に悩む人々がつながり、苦難を乗りきるために支え合うことで、自分達がひとりでないことが実感できるだろう。

「コロナとともに」という新たなパラダイムを経験しているわれわれは、新型コロナという病気が熱や咳だけの病気でなく、様々な臓器が長期間冒される病気であると理解する必要がある。

引き続く嗅覚味覚障害は、ロングコロナのごく一部の症状である。

現在わかっていることは、この状態に陥っている人々をサポートするためにやれることはもっと多く存在するという事だ。