

# 忘れられた死因8位の疾患

ヒラハタクリニック  
平畑 光一

「年間3万5000人以上が命を落とし、日本人の死因8位であるにもかかわらず、忘れられている疾患がある」そう聞いてピンとくる方はあまりいらっしゃらないのではないかと思います。ちなみに第9位は腎不全、第10位はアルツハイマー病です。

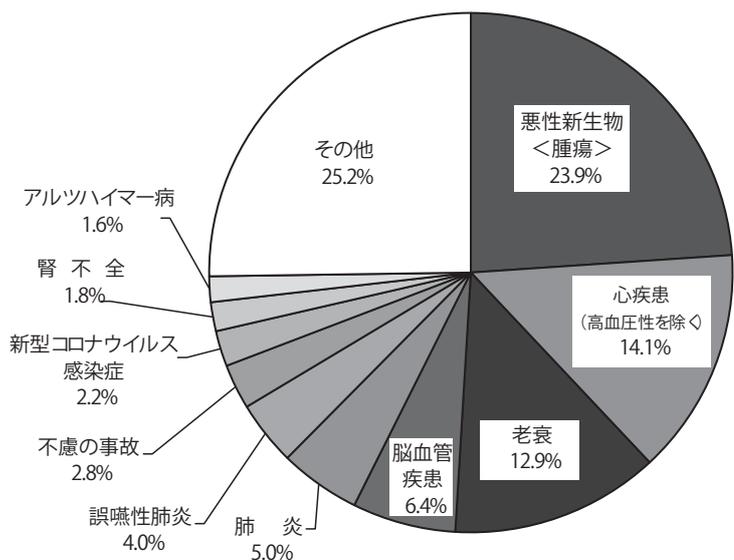
腎不全より多くの方が亡くなる、新しいのに早くも忘れられてしまった病気、それが新型コロナウイルス感染症(COVID-19)です。

2023年5月に「5類感染症」へと移行して以降、多くの方が「コロナは終わった」「もう感染する人はいない」と思っているのではないのでしょうか。たしかに緊急事態宣言は解除され、マスクの着用も個人判断に任せられました。しかし実際には、その後も感染の流行は繰り返しており、今でも5類移行前と同程度の死亡者が出ています。**2024年**

の1年間だけで、3万5000人以上の方が新型コロナウイルスで命を落としているのです。

それでも、テレビなどで「コロナが明けて」「日常が戻った」といった言葉が踊り続けたため、感染防御を怠る人が急増しました。やがて「まだ『コロナ』なんて言っているの?」というような言葉が社会に広がり、感染症への警戒を呼びかける声は嘲笑

【図】 主な死因の構成割合(2024年)



出典：厚労省 令和6年(2024)人口動態統計月報年計(概数)の概況 (<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai24/dl/gaikyouR6.pdf>)

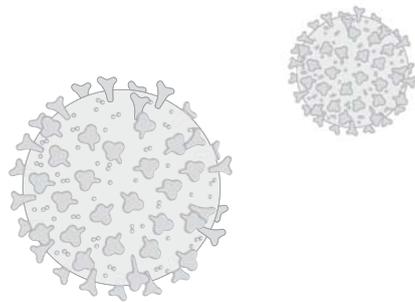
や敵意の対象にさえなりました。

この背景には、「正常性バイアス」と「同調圧力」という二つの心理的作用があります。正常性バイアスとは、危険が目前にあっても「たいしたことはない」「自分は大丈夫」と過小評価してしまう心理です。地震や災害でもしばしば見られる現象で、感染症でも同様の反応が見られます。そして社会全体が「もう終わった」かのように「演出」することで、同調圧力が強まり、危険を指摘する人は「不安を煽っている」「空気を読まない迷惑な人物」と非難される。こうして「同調＝安心」「異端＝不安」という構造が生まれ、事実を語る者が排除されていくのです。

マスメディアにも構造的な問題があります。報道は「新しさ」を求め、長く続く危機は「ニュースにならない」と判断される傾向にあります。人々が見たくない現実には視聴率を下げるため、報道は減り、社会の記憶から消えていきます。感染症が「存在しないもの」として扱われるようになるのは、こうした報道構造にも原因の一端があります。

しかし、現場の現実とはまったく異なります。今でも多くの方が新型コロナに感染し、命を落とし、後遺症に苦しんでいます。筆者の外来にも、2025年夏の感染をきっかけに体調を崩し、倦怠感やブレインフォグに悩む患者さんが毎日訪れています。かつては多くのメディアが「コロナ後遺症」を取り上げてくれましたが、今やその報道はほとんど見られなくなりました。

一方で、採算が取れないため、現場の後



### 見えなくても、油断は禁物

遺症外来は次々と閉鎖されています。多くの大学病院でもコロナ後遺症外来を閉じてしまっていて、特に地方のコロナ後遺症患者さんは「診察してくれるところがない」と医療難民になってしまうことが少なくありません。治療を必要とする人が増えているのに、受け皿が失われているのが現状なのです。

世界的には、コロナ後遺症の患者は少なく見積もっても4億人。経済損失は年間1兆ドル（世界経済の約1%）にのぼると報告されています（Nature Medicine volume 30, pages 2148~2164 (2024)）。日本でも数百万人が後遺症に苦しんでいる可能性が高く、その社会的損失は計り知れません。当院で診療した**コロナ後遺症に罹患した労働者4474人のうち、仕事を失った方は600人を超えています**。コロナ後遺症罹患後に自死に至った方も3人います。これは単なる数字ではなく、長引く苦痛と孤立、社会の無理解に押し潰された人々の現実です。

「いつ治るかわからない」「周囲に理解されない」——この二重の苦しみこそが、コロナ後遺症の最も深刻な側面です。感染を

防ぐ努力を続けることが、こうした悲劇を減らす最も確実な道です。

**人が多く集まる場所ではマスクを着ける。手洗い・うがいを欠かさない。**そして可能であれば**鼻うがい**も行ってください。鼻うがいが新型コロナによる入院率や死亡率を8分の1以下に低下させたとの報告もあります (Ear Nose Throat J 01455613221123737 (2022))。エビデンスはまだ限定的ですが、害が少なく安価であるため、実践する価値は十分にあります。

「もう終わった」ではなく、「今も続いている」。

この現実を直視しなければ、自分と家族の生活を守ることはできません。忘れられた死因第8位——それは、今も静かに人々の命と暮らしを奪い続けているのです。

(ひらはた・こういち=渋谷区)