

免疫負債について

2024年1月5日

学長 田林 暁一

新型コロナウイルス感染症が収まってきたと安堵していたら、インフルエンザ、RSウイルス感染症、ヘルパンギーナ等の感染症の発生が増加し、さらに大流行の危険性もあるとされている。その要因が新型コロナウイルス感染症に対する予防対策が関与している可能性があるということで、どうもウイルスに翻弄されている感がし、また、上記の一連の流れが「免疫負債」という聞きなれない名称で呼ばれているのも興味深い。

免疫負債は新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、人との接触を減らしたり、マスクを着用したりすることで、他の種類のウイルスに対する免疫力が低下することで発生すると言われている。ただ、誤解を招かないで欲しいが、免疫負債による免疫力の低下は免疫システムが弱っている状態ではなく、病原体への接近、また接触が不足することで、特定の病原体に対する適応免疫を低下させている可能性があるということである。つまり、免疫負債は感染予防のための行動で引き起こされる現象で、免疫力の低下は様々な生活環境の変化で惹起される現象である。

また、免疫力という言葉は医学的に定義されていない用語で、免疫機能には様々な細胞が関わる高度なシステムとなっており、「免疫力が上がった」、「免疫力が下がった」を単一の指標で測定するのは難しく、免疫機能状態は「免疫機能の維持」、また「免疫機能の低下」で表すのが妥当と思われる。

免疫機能の維持は①1日3食バランスの良い食事の摂取、②適度な運動、③睡眠、④ストレス回避、⑤腸内環境の整備等によって保たれ、一方、低下は①不規則な生活、②加齢、③ストレス、④栄養不足等で起こりやすい。免疫負債は上記の免疫機能の低下ではなく、免疫システムが鍛えられていない状況であるとされている。

新型コロナウイルス感染症に対する予防対策が十分に施行されたことで、季節性インフルエンザ、咽頭結膜炎、及びヘルパンギーナの2020年、2021年発生数は少数で、その結果、それらのウイルスに対する抗体を多くの人には有しない状態となり、2023年5月の新型コロナウイルス感染症に対する感染法上分類の5類への移行に伴う感染予防対策の緩和により、上記感染症が増加したと考えられ、それが大流行を伴う免疫負債となるかは不明である。

現状は種々の病原体に対する適応免疫は低下した状態であり、3密状態でのマスクの使用、また手洗い等の感染予防対策はしばらくの間、継続すべきと思われる。