

佐々木 太士 27

(総合内科学講座講座等研究員)



## 長引く倦怠感は要注意

後に続いている、または新たにでてくる症状(罹患後症状)が話題になっています。最も多い症状が倦怠感だと言われています。発症後二カ月以上たっても倦怠感が続くような場合もあります。新型コロナウイルスだけでなく、インフルエンザなどさまざまな感染症で、治

後が続いている、または新たにでてくる症状(罹患後症状)が話題になっています。最も多い症状が倦怠感だと言われています。発症後二カ月以上たっても倦怠感が続くような場合もあります。新型コロナウイルスだけでなく、インフルエンザなどさまざまな感染症で、治

いと思います。しかし、睡眠が浅くなってしまい倦怠感や疲労感が取れないことが多いのです。また睡眠時無呼吸症候群でも睡眠中に呼吸が止まることによって睡眠の質が低下し、頭痛や倦怠感、高血圧、日中の眠気につながります。

がなくなる、些細なことに罪悪感を持つ、「死にたい」と考えるなどの症状があり、ほぼ毎日のように続きます。長期間の休業・休息や薬物治療、カウンセリング治療が必ずになります。

また、貧血や鉄欠乏、ビタミンの欠乏でも倦怠感が出る場合があります。

倦怠(けんたい)感とは、だるさや疲労感のことで、日常生活でも感じるものです。多くの病気で倦怠感の症状が起きるため、倦怠感だけで原因を特定することはできません。病気による発熱や息切れ、筋力の低下、眠気、気分の落ち込みなどが倦怠感につながる場合があります。何週間も

倦怠感が続き、睡眠や休息を取っても改善しない場合には、何らかの病気が隠れている場合があります。

新型コロナウイルス感染症では罹患後、ウイルスの感染性がなくなった

療後に倦怠感が続くことがあると言われています。

良質な睡眠がとれていない場合にも倦怠感が持続します。アルコールは寝つきをよくするので晩酌をして床に就く方も多

不眠症の場合も倦怠感の原因になります。うつ病などの精神疾患は不眠症の代表的な疾患です。

うつ病の場合は倦怠感の他に、気分の落ち込みや

今まで楽しめていたことが楽しめなくなる、食欲が落ちる、集中力が低下する、

す。がんや感染症、糖尿病、膠原病、心臓、肝臓、甲状腺や副腎などの多くの疾患で倦怠感の症状が出る場合があります。長く続く倦怠感にお悩みの場合は医療機関へ相談しましょう。