

# 新型コロナウイルス感染症に係る罹患後症状 (いわゆる後遺症) について

職場向け

## 後遺症とは

新型コロナウイルスに感染し、回復した後も罹患後症状（いわゆる後遺症）として、様々な症状が見られる場合があります。

※ 世界保健機関（WHO）では、「症状が少なくとも2か月以上続き、ほかの疾患による症状として説明がつかないもので、通常は新型コロナウイルス感染症の発症から3か月経った時点にもみられる」症状を罹患後症状（いわゆる後遺症）と定義しています。

## 後遺症の主な症状

倦怠感

だるい・疲れやすい



せき



嗅覚障害

においがしないなど



のどの痛み

不快感・声がれ

たん

味覚障害

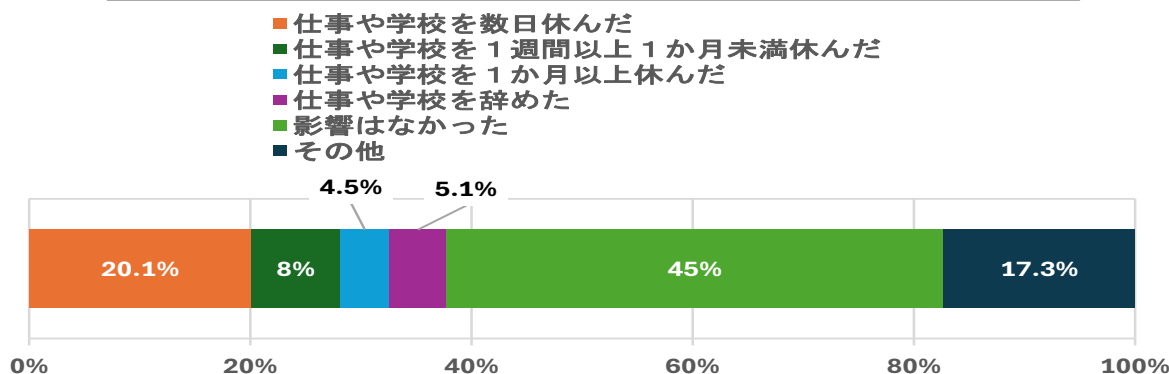
睡眠障害

ブレインフォグ  
(記憶障害・集中力低下)

## 社会生活への影響は？

2024年に実施した、県民向けの実態把握調査では、新型コロナウイルス感染症の後遺症によって、社会生活に影響があったと回答した人のうち、37.7%の方が仕事や学校を休んだ、もしくは仕事や学校を辞めたと回答しています。

後遺症により社会生活に影響があった人の割合



## 後遺症がある方に注意していただきたいこと

- ・無理をすると身体への負担となり、体調悪化につながることもあります。  
医師と相談しながら、休息と活動のバランスをとってゆくことが大切です。
- ・社会復帰のタイミングに決まった基準はなく、個々の体調に応じて調整しましょう。
- ・焦らず、症状の回復にあわせて、個々のペースで社会復帰をめざしましょう。  
※休職や業務の調整が必要な場合は、診断書について医師と相談しましょう。

## 職場の方をお願いしたいこと

- ・復職には、罹患後症状に対する周囲の理解と配慮、環境整備等が重要です。
- ・体調が悪化する前の休憩が必要です。休憩時間、休憩場所の確保にご協力ください。
- ・本人や医師と相談し、どのような業務ならできるか、どれくらいの時間であれば業務ができるか、などを確認の上で、業務の調整を検討しましょう。



## 業務内容の調整の例

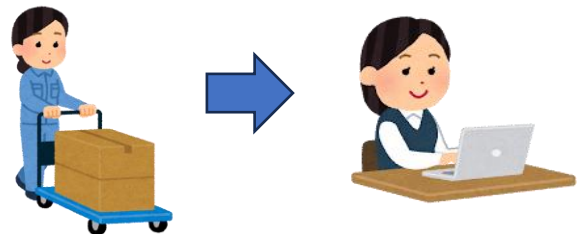
### 【疲れやすい・だるい】

- ・テレワークや時短勤務などの活用
- ・十分な休憩
- ・屋外作業をデスクワークに変更



### 【息苦しい】

- ・重いものを運ぶなどの重労働を避ける
- ・どれくらいの労働まで可能か、医師と相談する



### 【集中力が低下する・ブレインフォグ】

- ・複雑な作業や複数の作業を同時に行うことを避け、単純な作業の割合を増やす
- ・安全な運転が難しい場合は、車の運転を控える

# 後遺症にお悩みの方へ

## 厚生労働省

厚生労働省Webページ「新型コロナウイルス感染症の罹患後症状（いわゆる後遺症）について」にて、後遺症に関する情報が掲載されています。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431\\_00402.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00402.html)



## 愛知県

愛知県では、愛知県Webページに「愛知県新型コロナウイルス感染症対策サイト」を設置し、新型コロナウイルス感染症についての情報を掲載しています

<https://www.pref.aichi.jp/site/covid19-aichi/>



## 医療機関の受診について

医療機関を受診される場合は、まずはかかりつけ医などに御相談ください。

かかりつけ医がない場合は、愛知県Webページ「愛知県新型コロナウイルス感染症対策サイト」内の「愛知県 新型コロナウイルス感染症の罹患後症状（いわゆる後遺症）の診療を行っている医療機関一覧表」を参考としてください。

<https://www.pref.aichi.jp/site/covid19-aichi/kouisyu.html>



## 相談窓口（電話）

愛知県では、**看護師等の専門職を配置し**、相談窓口を設置しています。

電話番号 052-954-6618

開設時間 平日の午前9時から午後5時まで

療養後も続く症状にお悩みの方は、御相談ください。

