

# 新型コロナウイルス感染症への ヨウ素系うがい薬の使用についての見解



日本甲状腺学会  
日本内分泌学会  
日本内分泌外科学会

1. 新型コロナウイルス感染症にヨウ素の含まれるうがい薬が有効であるかについては、現時点では、科学的に評価のできる論文が発表されておらず、重症化予防などの効果は明らかになっていません。
2. ヨウ素には殺菌作用、殺ウイルス作用があるので、消毒剤として広く使われています。しかしヨウ素系のうがい薬には7%の「ポビドンヨード」が含まれており、15-30倍に希釈して使用しますが、1回のうがい液には14-28mgのヨウ素が含まれます。このうち口腔、咽頭粘膜から体内へ吸収されるヨウ素の量は不明ですが、日常、食品から摂取する量よりもかなり多いヨウ素が吸収される可能性があります。
3. ヨウ素は生命維持に必須の甲状腺ホルモンの原材料ですが、必要量以上に摂取することにより、甲状腺機能に異常が起こることがあります。厚生労働省の「日本人の食事摂取基準 2020」では、1日に摂取して良いヨウ素の上限量を3mgとしています。一時的にこの量を超えて摂取することがあっても構いませんが、長期間にこの量を超えて摂取することは甲状腺機能にとって好ましくありません。多くても1週間に20mgまでと考えられています。
4. ヨウ素系うがい薬の使用する際は以下のことに注意してください。
  - 1) 口腔内で数秒、うがいをするのみで、飲み込まないでください。
  - 2) 甲状腺機能異常をおこさないヨウ素系うがい薬の安全な使用頻度と使用期間については現在明らかではありません。5~6日間使用しても症状がよくなる場合は使用を中止してください。
  - 3) 甲状腺の病気のある方、甲状腺の病気にかかったことのある方は特に注意が必要です。使用前に医師、薬剤師に相談しましょう。  
(日本人女性の約20%は慢性甲状腺炎(橋本病)をお持ちという報告もあります)

## 【本件に関するお問い合わせ先】

日本甲状腺学会 理事長 山田 正信 (やまだ まさのぶ)

## 【取材に関するお問合せ先】

日本甲状腺学会事務局  
〒100-0003 東京都千代田区一ツ橋 1-1-1 パレスサイドビル  
株式会社毎日学術フォーラム内  
Email: [maf-jta@mynavi.jp](mailto:maf-jta@mynavi.jp)  
URL: <http://www.japanthyroid.jp>