

長崎北病院 伝言板 1月号

令和5年1月1日発行

2023年1月。睦月（むつき）。一同集って宴をする「睦び月（むつびつき）」が由来との説が有力です。コロナ禍でリモートが多くなり、接触、結びつきは減りました。卯年。ウサギは「怖がり」「繊細」かつ「穏和」。今年はコロナに繊細に対応しながら何とか穏和な結びつきを増やしたい。



休む勇気

迎春。あけましておめでとうございます。昨年末からコロナが猛威を振っています。第8波。嬉しくない。以前は陽性者と接触すると5日-10日経って発症していました。しかし、現在流行しているオミクロン株(BA5, BQ1, BQ1.1)は感染力が強く接触から2-3日で発症しています。鼠算（ネズミ算）式に増えるスピードが圧倒的です。あっという間に「野火のように」広がります。



当院でも職員と患者さんの間でウィルスのやり取りが起こればクラスターが発生しました。患者さんは発熱、咽頭痛など苦しい思いをされます。今回の株は軽症が多いとはいえ重症化の危険もあります。さらに職員が大量に感染すると働ける人がいなくなります。当院でも看護師が多く感染した病棟では残った職員が3-4日連続夜勤をしたり、他病棟からの応援などで何とかやりくりしています。発生早期から拡大防止に奔走したおかげで、やっと収まりかけています。今後どのような「株」が来るのかわかりませんが、病院の中を「ゼロコロナ」状態に保つのは困難なです。まずはワクチン。そして早く気づいて拡大を防ぐことが基本です。

患者さんの感染予防はもちろんですが、職員に広がれば十分な医療も封じ込めもできません。職員間で拡大しないことが肝要です。自分の体調に細心の注意を払う。倦怠感、咽頭痛、発熱、喉の違和感などいつもと違うと感じればコロナと考えるべきです。定性キットではかなりウィルスが増えないと陽性になりません。初期は陰性に出ます。定性キットで陰性だから大丈夫は間違い。症状があれば連日定性検査するか、感度が高い抗原定量法（ルミパルス）、PCR検査、LAMP法などで検査すると陽性となるのがほとんどです。定性キットで陰性だから大丈夫と勤務すると広がってしまいます。少しでも違和感、症状があればまず休む。「休む勇気」を。コロナはどんなに気をつけても、誰でも罹る。明日は我が身。感染したらしかたがない。そうになったら早く良くなって戦線復帰を目指しましょう。

コロナ禍とはいえ世の中はかなり「With コロナ」が進みました。旅行、飲食などずいぶん以前のレベルに戻っています。その中で流れに取り残されているのが医療・介護業界です。当院では旅行、出張はまだ自粛。止むを得ない場合は届出が必要です。複数での飲食も自粛・禁止です。世の中の状況に比べると雲泥の差です。医療業界では未だに友人などと自由に会うことや会食、飲み会などができません。特に独身、独居のかたは勤務以外での人との繋がりが減ってしまいます。リモート飲み会が提唱されましたが流行（はやり）ませんでした。厳しい、寂しいと思います。精神衛生上も良くない。職場での会話や繋がりを大切にしたい。何とか昨年までより早く行動制限を緩和したい。コロナに繊細に対応しながら何とか穏和な結びつきを増やしたい、もう少し自由に生活する方法を模索したいと思います。従来の新年会、歓迎会、忘年会は無理でも屋外ではどうかなど。



知恵を絞りましょう。（何でか年末、正月に波がくる）(A.S.)