

災害と似て非なる 新型コロナウイルス感染症

ケアプロ訪問看護ステーション東京
佐藤純

ダイヤモンド・プリンセス号の支援に入って

クルーズ船「ダイヤモンド・プリンセス号」では新型コロナウイルスの集団感染が起こり、乗客が船内待機となったというニュースがありました。実は私も、JMAT (Japan Medical Association Team : 日本医師会災害派遣チーム) の一員として同船に支援に入っていました。

当時はウイルスの正体が今以上に明らかになっていなかった時期です。支援に入った医療者の中には「新型コロナウイルスの対応をした」という事実だけで、子どもを保育園に預けられなかったり、職場で孤立するといった形で偏見・差別を受けた人は少なくありません。また、支援から退いた直後の2週間、私は在宅ワークに切り替えましたが、「人と対面しない」生活がいかに苦痛なのかを思い知りました。これら一連の体験は、「新型コロナは人々の心を蝕んでいきかねない」と知るのに十分なものでした。

ストレッサーはたくさん

危機的な状況に対面したとき、精神的な苦痛を覚えるのは正常な反応です。医療ケア、医療サービス提供のプロであろうと、同じ「人」です。心の反応を真正面から受け止め続けてしまえば極度に疲労しますし、疲労が蓄積していくことで燃え尽き症候群につながる可能性もあるので注意しなければいけません。

実際のところ、コロナ禍における在宅ケア従事者へのプレッシャーは大きいものではないでしょうか。未知のウイルスに感染してしまうかもしれない恐怖はもちろん、自分が媒介者となって感染を伝播しかねない不安、自身が感染したときに事業所に与える影響の大きさへの恐れ……。挙げればきりがなくストレッサーがあります。「誰もがコロナで心が蝕まれる可能性がある」と、皆が念頭に置く必要があります。

災害サイクルを行きつ戻りつの新型コロナ

新型コロナは突如、前触れなく人々を襲った点では「自然災害」と似た要素があると感じていました。しかし大きな違いはあり、そのひとつが復興の過程だろうと考えています。

自然災害後の状況変化を「災害サイクル」と呼ぶのはご存じでしょうか。自然災害は通常、突如発生し、急性期、亜急性期、慢性期を経て復興し、静穏な時期に戻るというプロセスを辿ります。二次的な災害や別の災害が重ならない限りは不可逆的、つまりサイクルを一方に進んでいくのです。

ところが、新型コロナの場合は、「災害サイクルを行ったり来たりする」プロセスになるのではないかと想像しています。感染が初めて確認されて未知のウイルスとの戦いが始まった第一波が急性期。そこを超え、感染者の数が落ち着いて慢性期が来たのかなと思ったら、再び感染者数が増加し、またしても急性期の様相を呈する……ということはずでに経験されています。

収束までのプロセスは「急性期⇒亜急性期⇒慢性期⇒…」と一方ではなく、行きつ戻りつしながら進むのだとすれば、ケア従事者もそのつもりで心の準備が必要です。「行きつ戻りつ」感は一時的な安堵からの落胆や不安という点で振幅が大きく、心の負荷も大きくなりかねません。

*

地域で感染者発生のニュースが出ると、サービス関係者、利用者の中に緊張や動揺が生じます。生活の支援者である私たちは、重症化リスクの高い利用者に対し、どうケアを提供するか。一方で、自分自身を守り、ともに過ごす家族の身を守るにはどうするか。必要となる組織の体制や仕組みはどのようなものか。事業所内で話し合いを続けていくことが求められます。

新型コロナは未知なるものです。「目に見えぬ敵」と私たちは戦いつつ、共存していかなければなりません。見誤ってはいけないのは、対峙するのは「ウイルス」であって「人」ではない点です。もしスタッフの中から陽性者が出たら、または利用者やその家族から陽性者が出てきたら、どう振舞いますか。コロナ禍の訪問看護は心理的な負担がかかるものですが、皆さんの「心」にまで感染症の被害が及ばぬことを願うばかりです。