



茨城県地域臨床 教育センターだより

2020
Vol.35

〒309-1793 茨城県笠間市鯉淵6528 ☎0296-77-1121 令和2年8月1日発行(第35号)

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)と 当院における周産期管理



副センター長
教授

沖 明 典

専門領域 ■ 婦人科腫瘍疾患

一旦は感染者数の落ち着きを見せていた我が国の新型コロナウイルスの状況は東京都では再増加して深刻な状況となりつつあります。このような状況の中で妊娠され出産を控えている妊婦さんは、期待とともに不安な中で妊娠期間を過ごされていることと思います。当院周産期センターでは、このような妊婦さん・そのご家族方の心配を少しでも解消するように、日々変わりゆく状況の中で、適切な妊娠管理・分娩管理を行うように準備を行っています。過度の心配をなさらずにお過ごしいただきますよう、心配な点や不安なことについては外来で医師・助産師に遠慮なくご質問、ご要望をお聞かせください。

当院では県立病院として県央地区を中心としてCOVID-19患者の受け入れをすることになっています。そのため、いつも以上に感染予防に対して注意を払って診療を行っております。

県内では現在までCOVID-19が蔓延しているという状況ではありませんが、今後他都道府県が県内に感染が波及する可能性も十分考えられますので、センターでの取り組みを説明させていただき、安心して妊娠・分娩に臨んで頂きたいと思っております。

1 当院への帰省分娩 原則として妊娠初期に電話で当院での分娩予約をしていただくことにしております。この場合、県内へ帰省後2週間程度は健康状態観察期間として実家での待機をお願いしています。万一、この間に発熱や咳、喉の痛みや倦怠感などの症状が出現した場合は、直接来院せずに電話で対応させていただき、方針を決定いたします。急な転居などで当院での分娩希望となった場合は、速やかに当科までご相談にください。ただ

し、感染流行地域から疎開的な意味で急に帰省分娩に変更されることはご遠慮ください。

2 外来での付き添い・入院時の見舞い 当面の間、院内での三密回避を目的として、付き添いや見舞いはご遠慮頂いております。やむを得ない理由がある場合も最小限として頂いております。

3 産科外来回数の減免 外出機会の減少を目的として、低リスク妊婦の希望者に対して健診間隔の延長を行います。これにより妊娠期間中の通院回数が2—3回減免します。

4 発熱に際して 妊娠中の発熱や咳を初めとする呼吸器症状など出現した際は、いきなり外来受診するのではなく、ひとまず当科にお電話でご相談ください。院内発熱者外来にご案内するなどの適切な対応をいたします。

5 PCR検査 有症状時にはもちろん、当院では妊娠37週で妊婦さんの新型コロナウイルスのPCR検査を行っております。また、このたびCOVID-19に対して不安のある方に対してPCR検査費用に県からの補助が受けられることになりました。ご希望の方には説明をさせていただきます。

6 PCR検査が陽性であった場合の対応 残念ながらPCR検査が陽性だった場合は茨城県内ではその対応法はどの医療機関でも同一です。茨城県入院調整本部で決定された病院に入院していただくこととなります。満期に当院で入院となった場合は、原則的に分娩方法は予定手術による帝王切開分娩となります。

7 医療費後払い制度 キャッシュレス決済や院内滞在時間の短縮を目的として、コストの後払い制度を導入しています。詳しくは掲示されているポスターやスタッフにお尋ねください。

妊娠・出産は皆様にとってかけがいのない出来事ではありますが、現在我々がおかれた状況を考慮しますと、以前と異なる対応が求められています。「withコロナ」の中、私たちは安心して出産に臨んでいただけるように、細心の注意を払って皆様に関わっていきたく思います。わからないことやご質問がありましたら、スタッフにお尋ねください。

「コロナ・ウィルスと共に生きる」こと



教授

佐藤 晋爾

専門領域 ■ コンサルテーション・リエゾン精神医学
精神病理学
病跡学

「コロナ」という言葉を聞かない日はないという状況が、残念ながら続いています。皆さまのご心労も大きいことと思います。とはいえ現状から推測するに、今後いかに「コロナ・ウィルスと共に上手に生きるか」ということになるでしょう。そのヒントをお伝えできればと思います。

まず、コロナ・ウィルスそのものは特殊なものではなく、感染力も現時点では決して高くないようです。しかし、感染症は誰もがかかる可能性があります。そもそも病気というのは、本来、理不尽なものです。

人間の体は複雑です。それは感染症についても同じです。「感染者が近くにいたから感染した」というような単純なものではなく、様々な要因が関係しています。

そのため、これだけ皆さんが用心している中でもコロナ・ウィルスに感染してしまうことはどうしてもあり得ます。そして、それは誰かの責任と決めつけられるものではありません。

ですので、お近くにコロナ・ウィルスに感染なさった方がいらしても、そのことを責めたり、ましてや嫌がらせなどをしたりする——残念なことに最近、耳にします——ことなく、皆さまが、いつもより気を付けていただければと思います。少し考えていただきたいのですが、その方が回復なされば、どのような症状でどのような経過だったかなど、貴重な経験を直接聞くことができるわけです。生の体験ほど確実なものはありません。

また、不幸にも感染してしまった方も、ご自身を過剰に責めず、後悔せず、周囲に謝り続けなくて、まずは早く治ることに専念なさってください。

<悪いのはウィルス>を、忘れないでいたいものです。

さて、現時点で注意すべきことはどのようなものがあるでしょう。

心は体があつてのもので、ということ、心の健康法は実は体のそれと同じになります。

1) 十分な睡眠、バランスの良い食事をとって、規則正しい生活をする。

2) 密閉、密接しない場所で散歩や適度な運動を心がけること。

以上の2点は、コロナ・ウィルスに感染しにくい体力と免疫力を作ることでもあります。

3) また、メールや電話でもいいので、信頼できる友達や家族と話をしましょう。

孤独になって考えることは心の健康によくありません。さらに免疫力を下げます。

4) 「～のため」、たとえば「眠るため」「気持ちを落ち着かせるため」の飲酒は避けましょう。

楽しんでいない一人だけの飲酒は、依存症への近道です。注意してください。

5) ご自分が辛くなった時、もしあなた大切な人が同じ気持ちや状況になったとしたら、どのような言葉や助言をしてあげるだろうかと考えて紙に書いてみてください。

そして、それは、そのまま皆さんがご自分にかけてあげる言葉です。その紙を、見えるところに貼っておいてもいいかもしれません。

最後に、最近、特に重要と思われることです。

テレビ等で様々な情報が流れています。中には「論文では」など、一見すると権威のあるような情報であるかのようによ報道されることもあります。しかし、まだ学術的議論は不十分で、本当に正確なところは断言できないのが現状です。

まずは現時点で確からしいことをまとめた、国や自治体がホームページ等で紹介している情報をチェックする、さらにテレビやインターネットを見る時間を減らすことをおすすめます。

もしも心身の不調が続くようでしたら、こころのホットラインや茨城県精神保健福祉センターがあります。ご相談してみてください。

◎いばらきこころのホットライン（電話相談）

* 匿名で相談することができます。

029-244-0556（月～金曜日）

0120-236-556（土日フリーダイヤル）

（年末年始、祝祭日を除く 9:00～12:00/13:00～16:00）

◎精神保健福祉センター029-243-2870

（平日8:30～17:15）

<引用・参考>

茨城県精神保健福祉センターホームページ



筑波大学
University of Tsukuba

筑波大学附属病院 茨城県地域臨床教育センター

〒309-1793 茨城県笠間市鯉淵6528 ☎0296-77-1121

ホームページ <http://www.hosp.tsukuba.ac.jp/chiiki/cyubyo/>



茨城県