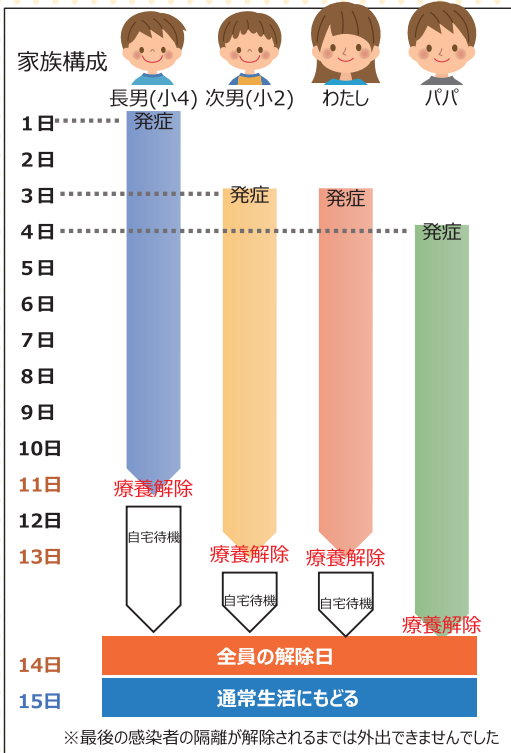


まさか自分が…コロナウイルスに感染!! ~家族感染体験談~

家族で過ごした隔離生活14日

家族全員が有症状だったケースです



新型コロナウイルスに感染した経緯は?

はじめりは長男からでした。体調不良で小学校を昼前に早退。熱もなく割と元気だったので様子を見ることに。夕方になり、息苦しいと言うので検温してみると、39℃の高熱。すでに午後7時をまわっていたため保健所への電話はつながりませんでした。翌朝1番で保健所に連絡し、紹介された病院で検査。結果は「陽性」でした。それから2日後、わたしと次男が発熱、さらにその翌日には夫も発熱し、保健所の判断により「みなし陽性」*の扱いに。感染経路は断定できませんでした。

*同居家族が感染して濃厚接触者となった人に発熱などの症状が出た場合、医師が検査をせずに感染者とみなすことができる(厚生労働省の通知に基づく)

その後の生活はどうなりましたか?

最初に感染した長男だけを隔離。トイレは別々に使用。お風呂は陽性者の長男が最後に入るようにして、その都度消毒をしました。家族全員の陽性が判明してからは、4人同室で生活することになりました。

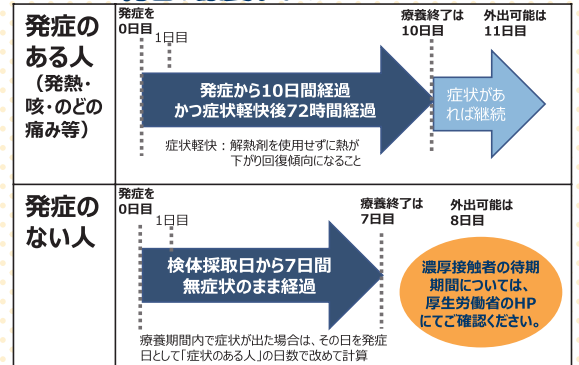
保健所から紹介された病院で電話診療を受けることができ、医師の指示通りに動けたことはよかったです。

感染してからの心境は?

わたしの場合、コロナ感染経験者や自宅待機中の知り合いなど、理解者がいたことが心強かったです。また、状況をわかってくれるママ友からの連絡は本当に救いでした。「感染しても悪いことばかりじゃないんだよ」という気持ちになれたのは、まわりの理解やサポートがあったおかげです。

「このクラスはコロナのベテランだから最強だよ!」と、何度も休校や学級閉鎖になった子どもたちの前向きな姿に元気をもらっています。

いつから何日、療養すればいいの? (陽性者の場合)



気になることを聞いてみよう!

どんな症状だった?

子どもたちは咳からはじまり、発熱、のどの痛み。わたしはインフルエンザのような症状でした。

自宅内での隔離方法は?

1人目の陽性後は子ども部屋に隔離。2階のトイレだけを使用してもらいました。

他の家族に感染させないための対策は?

よく触れるところはとにかく消毒! 使い捨ての手袋をして。マスクは常に着用。手拭きタオルをペーパータオルに変えました。

ご自身が感染したとき、家事・育児はできる状態だった?

最初の3日間は、起き上がることもすら困難だったため、全くできませんでした。

準備していた食材で乗り切れましたか?

2週間分では足りませんでした。食材や生活用品など、足りないものは母に置き配を頼みました。

あってよかったアイテムは?

熱をとる冷却シート、使い捨て手袋。体温計は2個あると、隔離部屋専用にしたのでよかったです。

備えておけばよかったなあ…と思うものは?

食欲がなくなるので、ゼリーなどさっぱりしたもの。下痢の症状もあり、トイレトペーパーは必需品でした。

いちばんキツかったことは?

39℃前後の高熱がつづいたことです。解熱剤を使用しても、それほど下がらなくて…。子どもたちもかわいそうでした。

自分なりに感染対策をしていたとしても、知らない間に感染してしまう場合も。万が一感染したときに慌てないように、普段からシミュレーションをしておくことが大切です。