

『新型コロナウイルス感染記 2021』

-わたしの場合-

竹取乃紀美子

やっと日本でもワクチン接種が本格的に行われるようになって、この一年半の暗雲から光が見えるようになりました。でも一部の人にワクチン接種を悩んでいる人がいると聞きます。予約が取りにくいとか、副反応が心配だとか、また面倒だとか。コロナ感染の実態を知らないと躊躇するのも分かります。テレビや各メディアの報道では感染者の生の声は聞けず、医療現場の大変な状況が示されても対岸の火事、あくまで他人事ですものね。

でも、だれでもいつでも感染する それが事実で、だからパンデミックですし、国の決めた感染症なのです。マスクをし 手指の消毒をし 三密を避けて、極力家から出ずに自粛していても、私は感染しました。息子が職場で感染し私は息子から感染しました。息子の職場は不特定多数の人の動きの多い所で、こわいと思い二人とも用心していました。でも息子が発熱外来の予約を取り PCR 検査を受ける迄は やはり他人事でした。しかしその結果を知る前にわたしに嗅覚の異常があり、「あーわたしも感染しているなあー」と思いました。

息子の結果は陽性で、発熱 37.3 °Cと咳で、即自宅待機と禁足令。買い物にも行くななどのこと。餓え死にを心配したのですが、大阪市から約二週間分の食料品が届き、ちょっと安心。息子の発症前にわたしも感染していて、嗅覚異常を感じた時の体温は 36.6 °C。一般的には平熱ですが、平熱が 35 °C代のわたしにとっては微熱です。それからは二人とも日に3回は体温を測り記録しました。息子の陽性結果の翌日には、わたしあてに区の保健センターから連絡があり、現状や既往症・持病の詳しい聞き取りがありました。PCR 検査、隔離療養施設へ入所、そこからの退所、数日の自宅療養の一ヶ月弱は、怒濤の日々でした。一波が来る

ごとに症状が増え、重症化してゆくのがはっきりと自覚できます。そのこと自体がまたすごい恐怖で、死神さんが足音を立てて近づいてくる感じでした。

わたしの場合は、まず嗅覚と味覚の異常が始まりでした。仏壇にお線香をあげても匂わない、ユズの香がしない、そして味噌汁、カレーの味が変わる。体温は測定ごとに上がり、咳は日ごとに激しくなり、入所当日は咳で息ができない程。体も最初は「重いなあー」ぐらいだったのが、一日一日重さが増し、だるさも加わり、他人の体のように動かすのが大儀で、顔を洗うのでさえしんどい。夜は眠れず食欲はなし。でも食べなければ駄目になると思い、カップ麺（普段はほとんど食べない）やインスタントのコーンスープや味噌汁でご飯を流し込む状態。さみしかったのは匂わないので朝のコーヒーが茶色の砂糖湯になり、食パンの代わりに菓子パンでさえ味気なかったことです。吐き気や軟便、ふらつきや意識障害など種々の症状が一波ごとに加わり、入所の日には家の玄関からお迎えの専用車までの数メートルの歩きでさえ大仕事でした。

公的 PCR 検査の段取りも 隔離療養所への入所も、区と市と府からそれぞれに連絡がありました。その都度病状を聞いてくれて、行き先が決定。丁寧な対応だった。入所に当たっても親切な細かい指示があり、頭が働かない状態だったので助かりました。二週間分のステイに必要なものを揃えます。ホテルには平常のグッズは無いとのことで、着替えや普段の薬に加え、洗面器、歯ブラシセット、タオル類、ティッシュペーパー等、コップやスプーンお汁椀などの食器も用意。娘にも頼めないの布団から離れられない病人には重労働。トイレに起きたついでに家中から集め、大きめのトランクに雑に詰め込んだ。旅行の時のようなきちんとしたことはできない。コインランドリーがありそれ用の小銭と、出所の際の交通費も忘れないようにとの指示。財布と携帯電話、娘から借りたパルスオキシメーターと体温計を手提げに入れてお迎えを待ちます。

自分の状態が自分ではわからなくなっていたので、区市府の担当看護師さんから病状の問い合わせが命の綱で、もし無ければ最悪の状態までなったかもしれません。携帯電話がありがたかったです。

わたしが入所した隔離療養所ホテルでは、一日三食以外にペットボトルのお茶と水、それに一口羊羹が自由に取れました。食事はプラ容器に入った幕の内風で、電子レンジで温めて食べます。お湯で溶かす味噌汁が必ず付いていて、ホテルのポットのお湯で作る簡単な味噌汁でも、そのあたたかさが食欲を促します。管理栄養士も着いていて、味もまあまあ、献立も変化があり、食欲が出た入所四日目ぐらいからは食事が楽しみになりました。これはそれぞれのホテルにより異なるのですが、わたしの場合は“アタリ”“ ”でした。大阪府からは経口補水液と除菌シートの配布があり、室内の除菌や清掃は自分でします。不織布のシーツや枕カバー等は自由に交換でき、使い捨てです。ゴミは専用のポリ袋に入れて所定の場所に出します。お弁当取りとゴミ出し以外は部屋から出ない軟禁状態で過ごすのですが、娘がおやつを差し入れに来た時も、会話もできず姿も見られず寂しさがつのります。感染症対策の徹底にはまあ、当然の処置だとは思いますが～～。

入所に際し注意されたのは、ホテルからは一步も出ないこと、内部の様子を SNS などで発信しないこと、部屋から出るときはマスク着用、同宿者とみだりにおしゃべりをしないこと、ホテルの実名は外部に出さないこと、朝夕の体温と血中酸素濃度の測定値を報告することです。

検査も入所も、場所も日時も行政からの命令です。でも、「いやや！」と言ったら、重症化した時にはすぐに病院へはいれるから、との説明に納得して従いました。大阪の致死率は高いので、重症化は非常にこわい。ある日の夜中、斜め向かいの部屋でバタバタ人の出入りがありました。きっと異変があったのでしょう。明日は我が身。今でもそのこわさを思い出して、時々夜中に目が覚めます。わたしは 39.8℃の発熱時も解熱剤

はのまずにすごしました。三日間、①平熱で咳症状の無いこと、②食欲があり睡眠が取れている、③快方に向かっている、④発症から二週間以上経っている、などの条件が出所の疫学的観点のようです。たぶん上記条件で抗体ができて、人には感染させないのでしょう。わたしは九日目に出所でき軟禁生活からフリーに成れました。でもホテルを出たとたん立ち往生。「随分賑やかだけど～??」ここは何処? 状態。ホテルの場所も近場の駅も知らなかったのです。はぁ、タクシーで帰りました。

出所後も大変で、後遺障害がこれほど長引くとは思わず、一週間も家でおとなしくしていれば回復すると思っていました。入所時の大変さを体験したのに、コロナウイルスを甘く見ていたようす。元の暮らしに戻れたのは三ヶ月後で、やはりその時にならないと分からないものです。入浴、洗顔、歯磨き、炊事、掃除、買い物という風に、毎日少しずつできることを増やして行って一ヶ月で自立。嗅覚が戻ってトーストの匂いを感じたのがやはり一ヶ月目。しゃべる際の息苦しさが無くなるのに二ヶ月。それまでは声を出そうとすれば咳き込んでしゃべれない。もちろん歌も歌えない。おしゃべりが命のおばちゃんにはゆゆしき事態でした。ふらつきが無くなるのと頭の中に充満していたもやが晴れて、本が読めたり考えたりできるようになったのが出所後三ヶ月。その間揺り戻しがあり、倦怠感や咳・発熱で起きられなかったり、吐き気・軟便に悩まされたりもしました。でも、あしたの分からない軟禁生活を思えば自宅にいられることの安穩さがなによりです。

わたしが入所した時は医療崩壊の前でしたのでさいわい無事に帰れました。6月5日現在、大阪府の人口約880万人に対し、感染者10万714人で、感染率は1.14%。2408人の死亡で致死率は2.384% 東京も大阪も人口100万人当たりの感染者は、

東京＝11,704人

大阪＝11,414人 であまり変わりません。

東京では感染者163,397人に対して死亡は2,087人で、致死率は1.277%。致死率を比較すれば、大阪が東京の約1.8倍も高い。大阪は高齢の感染者が多いのでしょう。また日本での年代別死亡率をみると、60代は1.7%、70代は5.2%、80代は11.1%との厚生労働省のデータがあります。高齢者には本当にこわいことです。特に持病持ちはなおさらです。

さる国のように強権を発動すれば、この場合個人の意志と暮らしは無視されるのですが、今の危急事態宣言の発令は無かったかもしれません。日本では国民へのお願いだけです。これだと、人により「不要・不急」の判断が異なり、また「自粛」も異なります。自分には甘いのでそれなりのいいわけを見つけます。中にはこの御時世にも以前と変わらずお出かけをし、自粛とは程遠い暮らし方を続け、そして「皆がワクチン接種したら集団免疫ができるから私はかからない。ワクチンはせんでもええと思う」とのたもう御仁もいます。これは論外としても持病の関係や個々の状況により当然ワクチン接種が出来ない人もいます。でもメディアの発するワクチンの副反応情報にとらわれて、感染リスクの大きさを忘れては駄目だと思います。

体験者に言えることは～～「感染予防のマスクと手洗いを続けるのはもちろん、移動は最低限に自粛して三密をさける。人が動いたらコロナが動きます。たとえ軽症の感染でも社会的な問題でつらい立場になることがあります、無事に帰還できても後遺障害は半端ではない。家族や大切な人が目の前で急変し、苦しみ亡くなることもある。だから感染したら絶対駄目」。ウイルスそのものをやっつける薬はなく、本人の抗体が頼りです。ワクチン接種で抗体を作り、基礎体力と免疫力とをつけて、健やかで晴れやかな日々が早く来ることを祈るばかりです。

2021-6-9