

COVID-19 パンデミックにおける医療従事者のストレス体験～支援者向けガイド～

重村淳（目白大学保健医療学部）

COVID-19（新型コロナウイルス感染症）パンデミックは、医療従事者に多大な影響を与え続けています。パンデミックの際、医療従事者は闘いの最前線に立ち、危険に立ち向かう社会的責任が求められます。その中で膨大なストレスを体験し、その一部は自身および他者の生死に関わるものなど、トラウマ的なものです。そのため医療従事者はメンタルヘルス上の高リスク集団に該当し、COVID-19についてもそれを裏付ける報告が相次いでいます。

メンタルヘルス専門家が医療従事者をサポートする際には、医療従事者の体験の理解が求められます。また、「生じているさまざまな反応は、異常な事態に対して当然の反応であること」（ノーマライゼーション）を組み込んだ心理教育や、現実的な問題を助けるような支援が有用です。支援のポイントを以下に列挙します。

<p>◇ 生命への脅威</p> <ul style="list-style-type: none">医療従事者は、ウイルス感染による生命への危険を直に感じてきました。周囲の人々に感染を広めないよう努力し、日常が制限されてきました。（自主的隔離、対人接触・社会活動を制限）安全対策が職場で確保されない場合、組織や上層部への葛藤が高まってきました。 →医療従事者自身とその周りの人々の安全を配慮したことを支えましょう。	<p>◇ 過酷な労働環境</p> <ul style="list-style-type: none">医療従事者においては、平常時から人手不足・過重労働が常態化していました。その上、感染拡大後は、クラスター対応、感染者対策などで人員が大幅に割かれてきました。長時間労働・変則勤務・配置転換による不慣れた業務に対応してきました。 →限られた医療資源の中で、働き続けたことを支えましょう。
<p>◇ 患者・家族の苦悩・死・悲嘆</p> <ul style="list-style-type: none">患者の苦悩および死、それに伴う遺族の悲嘆に向き合ってきました。患者の受診制限・トリアージ等で治療の選別を行わざるをえませんでした。本来の個人・職業人としての道徳・倫理観に反する行動を取ることは、無力感・自責感・羞恥心につながりやすいです。 →感染が拡大する医療状況において、個人ができることには限界があったことを確認しましょう。 →その状況下において最大限考えて判断したことを支えましょう。	<p>◇ 医療従事者に対する差別・偏見</p> <ul style="list-style-type: none">医療従事者は、人々のために働く仕事であり、社会的に不可欠な存在です。差別・中傷によって、人々から批判されると、そのような社会的使命感に大きな打撃を与えかねません。 →差別・中傷をする人は社会のごく一部であり、大多数の人々は感謝していることを確認しましょう。 →医療従事者が最前線でウイルスと闘っている事実を確認し、その努力を支えましょう。

【参考文献】

- [Kunzler AM, Röthke N, Günthner L, et al. *Global Health*, 2021.](#)
- [重村淳、高橋晶、大江美佐里、黒澤美枝：トラウマティック・ストレス, 2020.](#)
- [Shigemura J, Ursano RJ, Kurosawa M, et al. *Nursing and Health Sciences*, 2021.](#)
- [Shigemura J, Ursano RJ, Morganstein JC, et al. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 2020.](#)
- [Yan H, Ding Y, Guo W: *Psychosomatic Medicine*, 2021.](#)