



40代 男性 Cさんのコロナ体験談(R4.9)

(症状あり・医療機関を受診後、自宅療養したケース)

① 感染判明から療養の経過は？

夜に喉の痛みがあり、翌日、発熱がありました。市販薬を飲んで様子を見ていましたが、37度後半の熱と喉の痛みが続いていたため、病院を受診して陽性が判明しました。

3日間程度 37度前半の微熱が続いた後、平熱に戻りましたが、喉の痛みは療養期間を過ぎても暫く残っていました。幸いなことに高熱は出ることはなく倦怠感もなく軽症で済みました。

② 感染を経験したときの不安は？

感染予防に気を付けていたので、まさかコロナ陽性になるとは思ってもみませんでした。他の人に感染させていないか、もしかしたら重症化するのではないかと不安がありました。

③ 療養期間をどのように過ごしましたか？(有効な分離方法、防止対策 等)

同居家族とは部屋を別にして過ごしました。ドアノブ等の除菌のほか、換気については特に徹底しました。

④ 療養中困ったことはありますか？

病院からは4日分の薬が処方されていましたが、薬が切れた後も喉の痛みが残っていたので、市販薬を十分に備えて置けば良かったと思いました。

⑤ 必要な情報はどこから入手しました？

県や市のホームページで情報を得ました。ホームページの内容は他県と比べても非常に充実しているのですが、症状が出たらどうしたら良いのかという観点から見ると、〇〇センターという名称が複数あったり、過去の情報や関連情報が多過ぎて、もう少し情報を整理して簡略化した方が分かり易いのではと感じました。また、ホームページを見る機会がない方は最新の情報を得ることが難しいのではと感じました。

⑥ 療養期間を終えた今の体調や気持ちは？

重症化せず後遺症もないようなので良かったなと思っています。ただ、これからもいつ感染してもおかしくないので、感染予防に気を付けて行きたいと思います。

⑦ 自分の経験からお伝えしたいことは？

ワクチンを接種していたので軽症で済んだのではと感じています。インフルエンザや通常の風邪のように治療薬があれば安心できるのですが、コロナは感染力が強く、重症化したり、後遺症が残る場合もあるので、感染しないように今後も気を付けたいと思います。

また、医療機関を受診できない場合も出てくるかもしれませんので、解熱剤や喉の炎症を抑える薬など風邪の症状を緩和する市販薬を一通り揃えておいた方が良いと思います。

飛沫感染や接触感染には日頃から気を付けていると思いますので、それに加えて換気を意識して行うことが重要だと思います。