

## 家族が新型コロナウイルスにより、入院が必要な時

新型コロナウイルスの症例数が増加するにつれ、入院数も増加します。これらの入院は、患者だけでなく家族にも困難な状況になります。ご家族等、大切な方の病状の回復が不透明なため、不安を感じられるかもしれません。自分自身の感染を不安に感じるかもしれません。

さらに、ご家族は感染リスクを避けるため、病院で患者の面会が許可されないかもしれません。ご家族等、大切な方に面会できない状況は、困難な状況です。

### どのように不安定と高まった苦悩に対処すればよいでしょうか。

- 健康をサポートしリラクゼーションに役立つことをする。運動、瞑想、祈り、または家族との会話がよいかもしれません。
- いつもの食事時間や就寝時間を維持しましょう。
- 大切な方は、回復に必要な治療を受けています。ほとんどの感染者は、回復し帰宅できます。
- 大切な方の、重要な書類等を確認しましょう。これには、医療、法律、財務関係の文書が含まれています。
- 大切な方の病状が悪い場合、望む医療について話しましょう。
- 新しい情報を与えてくれる病院のスタッフと連絡をとりましょう。
- すぐに病院スタッフから連絡が入るわけではありません。病院は、現在非常に忙しい状態です。
- 新しい状況を教えてもらえるようお願いしてみましよう。医療従事者は、新しい状況を連絡しようとしていますが、多忙なため再度そちらから連絡してもらえるよう連絡を取っても構いません。

### 患者と離れている時の連絡の取り方

- 自己隔離が求められている場合は、家族それぞれがウイルスへさらされた可能性を判断する。
- みなさんの安全のために、大切な方と接触できない場合があります。
- 医療スタッフが患者の治療に専念できるよう、家族は病院に居られない場合があります。
- テキスト、電話、電子メール、ビデオチャット等で安全に行える連絡方法を確保する。

この文書が別のフォーマットで必要な場合は、1-800-525-0127までお電話ください。聴覚障害者の方は、711 ([ワシントンリレー](tel:711)) までお電話いただくか、[civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov)までご連絡ください。

- 家族や子供たちに、手紙を書いてもらったり絵を描いてもらったりしましょう。

### 子供とどのようにコミュニケーションをとるか

- 子供の年齢や発達段階を考慮して、情報を伝えましょう。
- 子供に、ほとんどの人は回復することを伝えましょう。子供たちにも、家族の健康状態の新しい情報を伝えましょう。
- 子供たちに、大人も同様に心配していることを伝えましょう。みんなおじいちゃんのごことは心配なんだけど、みんなで乗り切ろう。しかし、不必要な心配はさせないようにしましょう。
- 病気の人達に対して、良いイメージを持てるようなものを作るように、子供たちに勧めましょう。病院内の人たちと、これらのものを共有できる方法を考えましょう。
- 大切な人の状態が良くない場合、間違った情報を与えないようにしましょう。大切な方が亡くなられた場合、より簡潔な言葉で説明しましょう。
- 子供は、たいてい大人の感情的な反応を手本とすることを、覚えておきましょう。

#### 参照文

心的外傷性ストレス研究センター  
精神医学学部  
ユニフォームドサービス大学

この文書が別のフォーマットで必要な場合は、1-800-525-0127までお電話ください。聴覚障害者の方は、711 ([ワシントンリレー](https://www.wa.gov)) までお電話いただくか、[civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov)までご連絡ください。