

## 国際基金だより Vol.19 | 2020 Summer 旧・ほほえみ通信

### withコロナの生活で、 私たちが心がけていくこと

皆様、お元気で過ごしてでしょうか。  
この度の新型コロナウイルス(COVID-19)の影響により、活動自粛や外出制限などが強化され、私たちは不自由な生活を余儀なくされました。そして前例のない、目に見えないウイルスと共存しながらの生活がスタートしています。

政府からの要請で、「外に出られず、人と会えず、何もできない」につながり、人々の不安となって、心身に及ぶ種々の課題との戦いが続いています。終わりのない戦いはありません。そして、私たちは一人ではありません。皆が同じ気持ちであることを決して忘れないでください。

まずは患者様はもとより、介護される方の健康維持につとめましょう。しっかり栄養をとり、睡眠、規則正しい一日を送る。体操と運動は必須です。

そして、朝起きたときにどんな小さなことでもいいです。その日の目標、ゴールとともに目覚めてください。

一日も早い収束を願い、皆様の健康を心よりお祈り申し上げます。

公益財団法人 加藤庸子国際基金 代表理事  
藤田医科大学ばんだね病院 脳神経外科 教授 加藤 庸子



### 医療機関としての取り組み

#### WHOによるCOVID-19の感染リスクが低い医療従事者に対する推奨事項

- COVID-19患者に曝露した最終日から14日間、毎日体温及び呼吸器症状をセルフチェックする。医療従事者は、COVID-19を示唆する症状が出現した場合は、医療施設に連絡するべきである。
- 急性呼吸器症候群を呈する全ての患者様に対するケアの際は接触に対する予防策を強化し、全ての患者様に標準予防策を適応する。
- 全てのCOVID-19疑い例と確定例に対する、エアロゾルが発生する処置に対しては空気予防策を強化する。
- 個人用防護具(PPE)の合理的で正しく、一貫した使用を強化する。マスク、フェイスシールド、防護服などです。
- 患者様に触れる前、清潔または無菌処置の前、体液への曝露後、患者様に触れた後、患者様の周囲に触れた後、WHOの「私の手指衛生の5つの瞬間」を適応する。
- 常に手洗いと咳エチケットを実践する。

### ご来院頂いた方へ 新型コロナウイルス感染症対策へのご協力をお願いします

#### ●正しい手洗い

爪は短く切っておきましょう。時計や指輪は外しておきましょう。

- 1 流水で手のひらを濡らした後、石けんをつけ手のひらをよくこすります
- 2 手の甲を伸ばすようにこすります
- 3 指先・爪の間を念入りにこすります
- 4 指の間をこすります
- 5 親指と手のひらをねじり洗います
- 6 手首も忘れずに洗います

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かしましょう。

#### ●電車や職場、学校など人の集まる場所での咳エチケット

マスクを着用し、口と鼻を覆いましょう。マスクがない時は、ティッシュやハンカチで口と鼻を覆いましょう。とっさの時は、袖で口と鼻を覆いましょう。



咳やくしゃみを**手でおさえるのはNG!**

#### ●マスクの正しい着用

- ①鼻と口の両方を確実に覆う
- ②ゴムひもを耳にかける
- ③隙間がないよう、鼻まで覆う

#### ●3密の回避

換気の悪い**密閉空間**では、換気をしましょう。  
多数が集まる**密集場所**では、人との間隔を空けましょう。  
近距離で会話する**密接場面**では、マスクをしましょう。

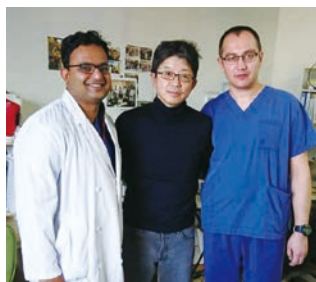
途上国から来日したお医者さまに、医師を目指した理由や今後の目標を語ってもらいました。



マルーフ  
Dr. Maruf



ウズベキスタン



ので、自分も絶対に医者になろうと思っていました。

**-ウズベキスタンについて教えてください。**

1991年のソビエト連邦崩壊により独立しました。今でも、旧ソ連時代に建設された鉄道や病院、学校、医療機器が残っており、老化化が問題となっています。

**-経済や教育制度が不安定ということでしょうか？**

教育制度は変革中で、政府財源が少しでも増えればよいと思います。癌や腫瘍など特定の病状には公的補償がありますが、日本のような国民皆保険が無く医療費全額負担の為、病院より薬局へ行く人が多い現状です。患者が通院しやすい医療制度が整うことを願っております。

**-新型コロナウイルスの影響はいかがですか？**

3月初旬のロックダウンで、国が厳しい体制を敷いた甲斐あってか、国民3,300万人中感染者数は4,500人に留まり、感染率は日本より非常に低いです。今後の発症やパンデミックの可能性を考えると、医療機器と医療体制の強化の必要を感じます。

**-帰国後の医師としてのプランは？**

来年私が働く病院では、内視鏡手術の機器をはじめ、医療機器が新しくなります。日本で学んだ経験を生かし、一人でも多くの患者を助けたいと思います。

## 医療後進国出身医師として、 コロナ禍に向き合う

**-日本の滞在について**

3月末に帰国予定でしたが、新型コロナウイルスにより帰国便がキャンセルとなり、庸子先生のご厚意で今はばんだね病院で勉強させていただいております。当初、内視鏡手術を勉強し帰国の予定が、庸子先生から直接クリッピング手術も学ばせていただいておりますので、大変感謝しております。

**-ご家族に会えなくて寂しくないですか？**

妻、5歳の息子、1歳の娘とは、時々ビデオ通話をしています。1歳の娘は発する言葉が日々増えており、成長を実感しています。

**-医者になろうと思ったきっかけは？**

両親が医者で、幼いころから取り組む姿勢を見て尊敬していました

### - 医療後進国の現状 -



活動制限令下の地域にて、女性を助ける最前線の人々



ロックダウン解除後、条件付き活動制限令下、モスクにて祈る人々



最前線で活躍する完全防備の医療従事者



新型コロナに打ち勝つため、地域をパトロール（医師、看護師、専門医、消防士、警察官、治安部隊、国家公務員）

## 公益財団法人「加藤庸子国際基金」への支援をお願いします。

お振込み銀行

ゆうちょ銀行

口座名 (公益財団法人 加藤庸子国際基金)

00800-2-137324

当財団は海外も含め脳神経外科医療の発展・成長を目的とする財団です。継続的な支援(継続寄附)をはじめ、スポットでの支援(単回寄附)も受け付けております。当財団は、所得控除(寄附控除)対象団体です。

皆さまからのご支援は加藤庸子の生涯を掛けて取り組む医療活動に大切に活用させていただきます。

【事務局・お問い合わせ】

公益財団法人加藤庸子国際基金

〒454-0012 名古屋市中川区尾頭橋3丁目3-18 TEL:052-982-8238 / FAX:052-982-8128 / Mail:dr.yokokato@gmail.com