

Lighthouse[®] Hawaii

11/1

2020 No. 263

INTERVIEW

スペシャルインタビュー 久美子バーンズ

よく眠ろう

感染

帰国の決意

医療最前線で活動

日本とハワイの自主隔離

私のコロナ禍体験記

うがいも忘れずに

しっかり食べて

しっかり手洗い!

キレイな手

「コロナに感染しました」

（男性）
に感染

たのですか？

まり人にも会わないようにしてい
ックダウンが終わったときに、そ
ていたピアノを米軍基地のレクリ
画面で教えることになりました。数
教えたのですが、そこで一発でう
業も生徒たちもマスクをしていたし、
していましたが、たくさんの人が出
えていた部屋が狭かったので、空
かだと思います。子どもは感染して
に出ている場合が多いと聞いて、
たことを後悔しました。

経緯を教えてください。

入れて予約をしてからPCR検査を
スルーで受け、結果は3日後に陽性

たか？

発熱はありませんでした。嗅覚が
少しありましたが、それほどもな
て症状が違う上、時間によっても体
日は調子が良いと思って家事をし
って動くのがつらくなったり、急変す
事の用意をしたり、後片付けをした
が、とてもつらかったです。家族も
族の中でも、それぞれ症状が全く
間近くだるさが抜けず、感染から2
日は戻っていません。

何をされていたのですか？

でみんなで寝込んでいました。薬は
メック(亜鉛)を摂取しました。また、血
る機器を購入して、毎日チェックして
子を見て、熱などの症状がないかを
らに4日間待機するように言われ、そ
ば回復とみなしてOKとのことでした。
始めたら、そこからまた日数を数え

PCR検査費用：無料
〈感染から回復までの流れ〉
感染→5日後に発症→PCR検査→3日後に陽性結果
→10日間で症状治まるも、だるさは3週間続く

直すので、結局、家族全員が日常に戻るまで3週間以上
かかりました。

とにかく子どものことが心配でしたが、6歳の子ども
は2日で良くなり、もう一人の乳幼児はとても元気でした。
でも、外にも連れて行けないし、あまり遊んであげられな
くてかわいそうでした。

この期間、友達がデリバリーの食事をオーダーしてくれ
たり、紙皿や紙コップを買ってきてくれたりしたおかげで、
本当に助かりました。たくさんの方の善意に救われ、感謝
の気持ちでいっぱいでした。

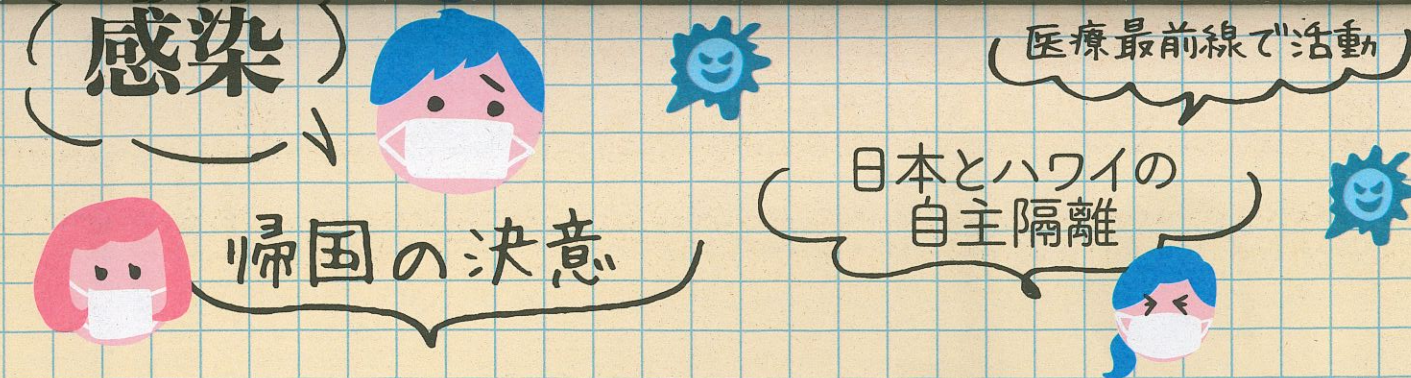
5.この経験で気付いたことはありますか？

このウイルスは、本当に油断できないということがわか
りました。「フルーミたいなもの」という人がたくさんいま
すし、確かに軽症の人も多いですが、こんなにだるい症状が
3週間も続くのはつらかったです。そんな僕でも軽症でし
た。入院しなくて済んだのは本当にラッキーでした。ず
とすごく頑張って消毒やマスクもして気を付けていたのに、
それでもヒョイっとうつってしまったことはショックでした。

今、まだ嗅覚がないのが困りものです。オムツやゴミが
臭くないのは助かりますが、何か焦げていてもわからない
ので危ないと思います。それから、この後遺症だと思うの
ですが、話している途中で何を言うのか忘れたり、自分で
もちょっとおかしいなと思うことがあります。感染した友
達も同じことを言っていました。ウイルスが何か脳に影響
を与えたのかなと考えています。

6.体験者としてアドバイスがあればお願いします。

屋外で太陽の光を浴びたり、フレッシュな空気を吸
ったり、毎日運動することが大事です。僕は外に出たら
いけないと思ってずっと家にいたので、完全に運動不足で
した。逆に外で運動し続けていた友達や家族は感染して
いないので、やっぱり運動は大切だと思います。それから、
ロックダウン中に運動もしないでたくさん食べて太ったの
も不健康でした。感染してからも弱ってはいけないと思
って食べ続けていたので、治ってからダイエットとウォーキン
グを始めました。



私のコロナ禍体験記

新型コロナウイルスのパンデミックが宣言されてから8カ月が経とうとしています。
累計患者数は、世界では約4000万人、日本で約9万3000人、ハワイでは約1万4000人
と報告されています*。ハワイに暮らす私たちがさまざまな経験をしてきました。
感染して回復した方、日本とハワイで14日間の自主隔離をしたり、日本帰国を
決断したり、そして医療最前線で闘う方も、それぞれの体験を語っていただきました。

*10月19日現在の米 ジョンス・ホプキンス大学の発表
掲載は体験当時のインタビューに基づいた情報のため、最新の正確な情報とは異なる可能性もあります。

教えて！ ワイキキのお医者さん

本誌読者で新型コロナウイルス検査の受診体験がある人
は約30%。一体、どんな種類があって、どれを受ければ
良いのでしょうか？ 料金はどのくらい？ 現在5種類の検査
を実施しているドクターズ・オブ・ワイキキに聞きました。

PCR鼻スワブ検査

特徴：長い綿棒のようなものを鼻に挿入する検査
対象者：新型コロナウイルスの症状がある人、またはCDCのガ
イドラインに基づいた上で新型コロナに接触した人
料金：保険のコピーメント、または\$200~\$300

血清抗体検査

特徴：過去にコロナに感染したことがあるかの検査
(その場合、血しょうを寄付することを考慮します)
対象者：過去に感染したかどうかを調べたい人
(現在感染しているかの判断はできません)
料金：保険のコピーメント、または\$160

迅速抗体検査

特徴：職場で迅速に行う検査
対象者：職場の従業員が対象で、過去にコロナに感染したこ
とがあるかを調べます
料金：保険のコピーメント、または\$160

迅速抗原鼻スワブ検査

特徴：現在感染しているかどうかを調べる検査
対象者：新型コロナウイルスの症状がある人、またはCDCのガ
イドラインに基づいた上で新型コロナに接触した人、旅行に備
えて許可が必要な人
料金：保険のコピーメント、または\$300

アボット社迅速PCR検査

特徴：現在感染しているかどうかを調べる検査。通常ラゴを
通じて結果が判明するまでに1~2日程度かかるが、同検査は
院内で全て行えるため20分以内に結果が判明します。
対象者：新型コロナウイルスの症状がある人、またはCDCのガ
イドラインに基づいた上で新型コロナに接触した人、旅行に備
えて許可が必要な人
料金：保険のコピーメント、または\$300

ドクターズ・オブ・ワイキキ

シェラトン・プリンセス・カイウラニ・ホテルグランドフロア
120 Ka'iulani Avenue, #KW10&11, Honolulu
TEL 808-922-2112
開院時間：午前8:00~深夜0:00(年中無休)
Email: info@doctorsofwaikiki.com
Web: www.doctorsofwaikiki.com/jp-home



*料金の詳細については各保険会社にお問い合わせください。