

## 新型コロナウイルスの感染が広がるなか、 不安や心配を抱える妊産婦に対応される会員の皆様へ・・・

### 学会からのメッセージ ⑦（助産編2）

新型コロナウイルス感染拡大の防止が必要とされる中、産科では家族の面会や立ち合い出産が制限され、地域では乳幼児健診や家庭訪問が難しくなるなど、妊産婦のケアや支援活動においても様々な影響が出ています。妊産婦の不安を感じながらも、通常通りの支援ができないのは、支援する方々にとって、もどかしく、不全感をも感じさせるものかもしれません。さらに、感染予防のための新たな業務負担や、自分自身、家族、同僚などへの感染リスクを常に気に掛けることも大きなストレスとなるでしょう。

現状の中で、支援者自身のメンタルヘルスを保つことはとても難しいことだと思います。どうか無理をせず、日常生活を大切にすることを心がけてください。またできないことからではなく、今できていること、頑張っていることに目を向けていただきたいと思います。さらに仲間と思いを共有することも助けになるでしょう。

日本精神保健看護学会のHPには、「COVID-19の対応に従事する医療者を組織外から支援する人のための相談支援ガイドライン」をはじめ、新型コロナウイルス感染症に関する情報、心のケアに役立つ資源が公開されています（<https://www.japmhn.jp/covid-19>）。

