



Dr. 健康コラム

新型コロナの罹患後症状について（後編） ～社会復帰支援等について～

城里町国保七会診療所 上井 雅哉

新型コロナの罹患後症状の治療の目標には、罹患前の心身機能を回復させるのみならず、仕事や学業を含めた以前の社会生活に戻ることも含まれます。症状や回復の程度には個人差があるため、個々の状況に応じたゴールの設定が必要です。

理想的には、主治医は適切な専門家と相談して、患者（労働者）の症状、医学的または精神的状態、個人または社会的状況と治療目標に基づいて包括的な管理計画を作成し、治療や療養支援、職場復帰を含むスムーズな社会復帰への支援を行うことが期待されます。

本稿では職場復帰の際に心がけるべき点について述べ、社会復帰支援にあたり有用と考えられる資料、相談窓口を紹介します。

社会的復帰のタイミングに関する一律的な基準はありませんが、例えば会社の産業医は病状の種類や程度だけでなく、業務内容と照らし合わせて患者（労働者）と対話しながら遂行可能な業務の種類や就業上配慮すべき内容について慎重に検討しています。特に職業は、職種だけでなく、業務内容や就業の頻度、時間について詳細に知らないと就業上の適切な助言ができないためです。

職場復帰に当たり、業務により疾病が悪化しないように務めることが大切であり、就業制限など仕事や治療に対する配慮を必要とする場合があります。主治医は正確な医学知識と情報（判断の根拠）に基づいて職場復帰の可否の判断や、具体的な症状に基づいた望ましい就業上の措置について適切な情報提供を行うことが求められます。

配慮の内容の具体例を示します。

- ① 患者の健康や安全を脅かす状況への配慮（例：筋力低下のある患者の屋外作業の制限）
- ② 環境調整や障壁の変更、除外への配慮（例：疲労感・倦怠感の続く患者の就業時間の短縮）
- ③ 本来業務を行う能力が損なわれた場合の配慮（味覚障害のある患者の調理作業制限）

以上のような内容の助言ができるかと思われます（最終的には事業者判断となりますが）。

○罹患後症状を抱えていても罹患前の社会生活が無理なく行えることが職場復帰の第一歩です。患者にも無理なく過ごすなど生活上の注意点がいくつかあり、それらにつき参考文献巻末付録3「罹患後症状でお困りの方へ」第3「罹患後症状からの社会復帰」によく書かれているので示します（あわせて職場向けの助言も抜粋して掲載します）。

症状のある方の注意点

- 無理をすると身体への負担となり、体調悪化につながることもあります。医師と相談しながら、休息と活動のバランスをとってゆくことが大切です。
- 社会復帰のタイミングに決まった基準はなく、個々の体調に応じて調整しましょう。
- 焦らず、症状の回復にあわせて、個々のペースで社会復帰をめざしましょう。

職場の方にお願いたいこと

- 復職には、罹患後症状に対する周囲の理解と配慮、環境調整等が重要です。
- 体調が悪化する前の休憩が必要です。休憩時間、休憩場所の確保にご協力ください。
- 本人と医師と相談し、どのような業務ならできるか、どれくらいの時間であれば業務ができるか、などを確認の上で、業務の調整を検討しましょう。

○医学的問題以外の相談窓口

就労や経済的な問題、労災や診断書等の書類作成の相談については、病院の患者相談窓口等で対応できることもあります。

また独立行政法人労働者健康安全機構 産業保健総合支援センター（各都道府県に設置）では、就労継続や職場復帰に関する患者（労働者）と事業者（会社）との間の個別調整支援等を実施しているとのこと。

参考文献：厚生労働省「新型コロナウイルス感染症（COVID-19）診療の手引き 別冊 罹患後症状のマネジメント（第3.1版）」2025年2月26日。巻末付録1「罹患後症状が続く場合に活用できる支援制度」、2「新型コロナウイルス感染症の『罹患後症状（いわゆる後遺症）』に悩む方の治療と仕事の両立に向けたご案内」、3「新型コロナウイルス感染症の罹患後症状でお困りの方へ」も参考にしてください。