



**UNIVERSITÀ POLITECNICA DELLE MARCHE
FACOLTÀ DI MEDICINA E CHIRURGIA**

**Corso di Laurea Magistrale in Scienze
Infermieristiche ed Ostetriche**

**IL VISSUTO DEGLI INFERMIERI
CONTAGIATI DAL COVID-19:
STUDIO QUALITATIVO
FENOMENOLOGICO**

Relatore:

Dott.ssa Dignani Lucia

Tesi di Laurea di:

Dott.ssa Barbizzi Valeria

A.A 2019-2020

INDICE

ABSTRACT

1. INTRODUZIONE	Pag. 1
2. SCOPO DELLO STUDIO	Pag. 3
3. MATERIALI E METODI	Pag. 4
3.1 DISEGNO DI RICERCA	
3.2 CAMPIONAMENTO	
3.3 SETTING	
3.4 MODALITÀ DI RACCOLTA DATI	
3.5 MODALITÀ DI ANALISI DEI DATI	
3.6 ASPETTI ETICI	
3.7 AFFIDABILITÀ DEI DATI	
4. RISULTATI	Pag. 7
4.1 DESCRIZIONE DEL CAMPIONE	
4.2 DESCRIZIONE DEI TEMI EMERSI	
5. DISCUSSIONE	Pag. 14
6. LIMITI DELLO STUDIO	Pag. 16
7. CONCLUSIONI	Pag. 17
8. BIBLIOGRAFIA	Pag. 18
9. ALLEGATI	Pag. 24

ABSTRACT

BACKGROUND: La pandemia da Coronavirus ha superato la drammatica soglia di un milione di decessi in tutto il mondo. L'Organizzazione Mondiale della sanità ha dichiarato che sono almeno 998.000 le persone uccise dal virus da quando l'epidemia è scoppiata in Cina nel dicembre scorso. L'Italia, una delle nazioni più colpite in Europa, ha dovuto affrontare una crisi sanitaria senza precedenti, con gravi carenze organiche di professionisti sanitari. Sono state registrate più infezioni tra gli operatori sanitari rispetto alla Cina, rappresentando il 10% dei casi COVID-19 in Italia. Tuttavia, il significato che ha assunto l'esperienza di contagio e di malattia per il personale infermieristico che si è infettato durante l'assistenza non è stato ancora esplorato dalla letteratura.

OBIETTIVO: Esplorare il vissuto degli infermieri contagiati dal Covid-19.

DISEGNO DELLA RICERCA: Studio qualitativo fenomenologico.

MATERIALI E METODI: La ricerca ha coinvolto gli infermieri di un ospedale DEA di II livello del centro Italia e si è protratta fino a saturazione dei dati. La raccolta dati è avvenuta attraverso interviste audio-registrate e successivamente ritrascritte verbatim. L'analisi dei dati è stata condotta mediante metodo Colaizzi.

RISULTATI: L'analisi delle dieci interviste effettuate ha portato all'identificazione di 5 categorie tematiche: gestione dispositivi di protezione individuale, positività al tampone, vivere l'isolamento, relazioni, tornare a lavoro.

La carenza critica dei DPI all'inizio della pandemia, la mancanza di consapevolezza e formazione nella scelta e utilizzo dei presidi sono le fonti più importanti di diffusione virale per gli operatori sanitari. La positività al tampone ha generato sentimenti negativi che hanno suscitato totale sconforto, angoscia ed incertezza. Vivere l'isolamento ha rappresentato una prova difficile, la paura e la preoccupazione di contagio per i propri familiari, hanno condotto gli infermieri a un vero e proprio auto-isolamento. Le relazioni con familiari e colleghi hanno dato sostegno, rafforzato la motivazione e moderano lo stress. Tornare a lavoro ha rappresentato il recupero dell'identità personale, professionale e sociale.

CONCLUSIONI: I temi emersi hanno permesso di evidenziare criticità suscettibili di miglioramento. È fondamentale investire quanto più possibile per proteggere la salute fisica e mentale degli operatori sanitari e così ridurre l'impatto economico ed organizzativo sui sistemi sanitari.

PAROLE CHIAVE: covid-19; sars-cov2; contagiati; infermieri; assistenza infermieristica; operatori sanitari

1. INTRODUZIONE

Il nuovo coronavirus, che causa la malattia identificata come SARS-CoV-2 (COVID-19), è emerso come una minaccia per la salute pubblica nel dicembre 2019 e l'Organizzazione Mondiale della Sanità nel marzo 2020 ha dichiarato lo stato di pandemia. [1]

Dalla sua identificazione, l'infezione da SARS-CoV-2 si è rapidamente diffusa e l'elevata prevalenza suscita molta attenzione in tutto il mondo. [2]

La manifestazione clinica del COVID-19 varia da infezioni sintomatiche, asintomatiche o lievi a gravi sintomi respiratori e morte.

Mentre milioni di persone rimangono a casa per ridurre al minimo la trasmissione della nuova sindrome respiratoria da coronavirus, gli operatori sanitari sono in prima linea contro questa infezione e si trovano a vivere una situazione ad alto rischio. [3]; [4]

Il contagio negli ambienti sanitari si estende facilmente quando si manifesta una nuova epidemia [5] esponendo ad un rischio maggiore i sanitari che vi lavorano. [2]; [6]

Il mondo sanitario ha dovuto affrontare una sfida nuova, imprevista e di difficile gestione. [7]

Secondo i rapporti dell'OMS, nel monitoraggio della situazione mondiale, dopo l'esplosione del focolaio della malattia da nuovo coronavirus, sono stati denunciati 22.073 casi di positività al COVID-19 tra gli operatori sanitari a partire dall' 8 aprile 2020 in 52 paesi e regioni.

Il rapporto afferma che il numero è probabilmente sottostimato in quanto finora non vi sono segnalazioni sistematiche di infezioni tra gli operatori sanitari all'OMS [5];[8].

L'Italia, una delle nazioni più colpite in Europa e nel mondo con oltre 238.159 mila contagiati accertati e circa 34.514 morti , ha dovuto affrontare una crisi sanitaria senza precedenti, con gravi carenze organiche di professionisti sanitari, applicando modelli organizzativi nuovi e trasformando rapidamente le strutture ospedaliere. [7]

Dal primo report sull'infezione pubblicato dall'Inail si evince che sono più di 28mila i contagi da Covid-19 di origine professionale denunciati tra la fine di febbraio e il 21 aprile scorso. Il 45,7% riguarda la categoria dei "tecnici della salute", che comprende infermieri e fisioterapisti, seguita da quella degli operatori socio-sanitari (18,9%), dei

medici (14,2%), degli operatori socio-assistenziali (6,2%) e del personale non qualificato nei servizi sanitari (4,6%) e che i casi mortali da contagio sono stati 98 [9]. Sono state registrate più infezioni tra gli operatori sanitari rispetto alla Cina, rappresentando il 10% dei casi COVID-19 in Italia. [10];[11]

Tuttavia, il numero dei contagiati dal 28 aprile ha subito un continuo incremento, tanto da arrivare al 22 Giugno ad un totale di 29.282 operatori sanitari positivi. [12]

Tra aprile e giugno l'Inail ha diffuso cinque Report dedicati al fenomeno delle infezioni sul lavoro da Covid-19.

Prendendo in considerazione le professioni svolte dai lavoratori contagiati, codificate secondo la classificazione Istat-CP2011, tre denunce su quattro hanno riguardato operatori sanitari: il 40,9% prevalentemente infermieri, il 21,3% operatori socio-sanitari, il 10,7% medici (internisti, cardiologi e anestesisti-rianimatori più di altri) e quasi il 5% ausiliari ospedalieri, inservienti in case di riposo, barellieri.

A questi operatori sanitari si aggiunge la quota significativa di denunce (8,5%) degli operatori socio-assistenziali, operanti normalmente in strutture sanitarie e di assistenza.

Tra le 236 denunce di contagio con esito mortale l'incidenza del personale sanitario e socio-assistenziale è pari invece al 40%. I più colpiti sono per lo più infermieri con il 12,8% dei casi codificati, e i medici, con il 9,9%, cui seguono gli operatori socio-sanitari (7,8%), gli operatori socio-assistenziali e tossicologi e farmacisti, con il 4,2% per entrambe le categorie, mentre il personale non qualificato nei servizi sanitari (ausiliari, portanti, barellieri) pesa per il 3,5%. [7]

Anche la Presidente della Federazione Nazionale degli Ordini delle Professioni Infermieristiche (FNOPI) in Italia, ha affermato che tra gli infermieri "c'è il maggior numero di operatori sanitari positivi al nuovo coronavirus. C'è chi muore di Covid-19 per assistere ed essere vicino ai pazienti, ma lo fa comunque senza il minimo tentennamento" [13].

La protezione degli operatori sanitari è una priorità per alleviare il carico sugli ospedali. [10]

Poiché il Covid-19 è una malattia nuova e si è sviluppata in maniera inaspettata, cogliendo impreparati i sistemi sanitari di tutto il mondo, la ricerca scientifica è in continua evoluzione.

Attualmente, la letteratura presenta studi che hanno evidenziato la prevalenza della malattia [14], le caratteristiche cliniche, la diagnosi e il trattamento [15]; [16].

Gli studi esistenti fanno riferimento alla malattia indotta dalla sindrome respiratoria acuta grave da SARS-Cov-2 negli operatori sanitari [17] o agli effetti psicologici di precedenti epidemie virali [18] o di quella attuale [19];[20];[21], ma non ci sono studi che descrivano lo stato psicofisico del personale sanitario contagiato da Covid-19. Alcune ricerche hanno focalizzato l'attenzione ai risvolti psicologici sul personale coinvolto in prima linea nell'assistenza ai pazienti positivi al coronavirus [22] e alla necessità di fornire loro un supporto psicologico.

È stato preso in considerazione il rischio di burnout e le ripercussioni sul lavoro presenti e future [23]; [24]; [25];[26].

La letteratura ha evidenziato la presenza di stress fisico ed emotivo tra i sanitari [27];[28];[29], con ripercussioni importanti sulle organizzazioni.

La comprensione dell'impatto dell'esperienza di assistenza degli operatori sanitari coinvolti nella gestione dell'emergenza all'interno dei contesti sociali e professionali è di estremo interesse per poter progettare e promuovere interventi che promuovano il loro benessere. [30];[31]

Tuttavia, nonostante in letteratura siano presenti studi che analizzano questi rilevanti aspetti, poco è ancora descritto sul vissuto degli operatori che si sono contagiati durante l'assistenza.

Questo studio mira quindi a raccogliere l'esperienza soggettiva di malattia vissuta degli operatori sanitari che sono stati contagiati dal Covid-19, attraverso un'indagine qualitativa.

2. SCOPO DELLO STUDIO

Questo studio ha l'obiettivo di esplorare il vissuto degli operatori sanitari contagiati dal Covid-19.

3. MATERIALI E METODI

3.1 DISEGNO DI RICERCA:

È stato condotto uno studio qualitativo fenomenologico.

Sono state descritte le esperienze vissute dai partecipanti per comprenderne il significato, ancora non esplorato dalla letteratura.

3.2 CAMPIONAMENTO

È stato effettuato un campionamento di tipo propositivo, protratto sino a saturazione dei dati.

Le unità di analisi sono state scelte in modo strategico, ovvero in relazione al fatto di aver sperimentato personalmente il fenomeno in oggetto. I soggetti arruolati sono infermieri in servizio presso un ospedale marchigiano.

I criteri che hanno portato al reclutamento degli infermieri nello studio, sono stati i seguenti:

Criteri di inclusione: Sono stati arruolati gli infermieri che hanno espresso il loro consenso alla raccolta dati e che hanno avuto almeno un tampone positivo e che, a seguito di questo, sono stati in quarantena obbligatoria, conviventi almeno con una persona (familiare o altro) e che sono rientrati in servizio presso le unità operative di appartenenza.

Criteri di esclusione: Sono stati adottati i seguenti criteri di esclusione:

- aver avuto un lutto da Covid-19 di un familiare e/o di una persona particolarmente cara.

3.3 SETTING

La ricerca è stata effettuata presso l' Azienda Ospedaliera Universitaria Ospedali Riuniti di Ancona.

3.4 MODALITA' DI RACCOLTA DATI:

In accordo con il metodo fenomenologico, in primo luogo, i ricercatori si sono impegnati ad eseguire un “bracketing”, ovvero a mettere da parte le proprie idee e i preconcetti sul fenomeno in studio. In questo modo si riduce la possibilità di influenzare la corretta estrapolazione dei dati.

Previo consenso dei partecipanti (ALLEGATO n.1), sono state condotte interviste semi-strutturate audio-registrate digitalmente. Le interviste sono state successivamente trascritte integralmente verbatim (ALLEGATO n.2).

Sono stati, inoltre, raccolti i dati demoscopici (ALLEGATO n. 3)

Le domande guida poste sono:

- “Cosa ha provato quando le è stato comunicato l’esito del tampone?”
- “Quali sono state le emozioni prevalenti nel periodo di quarantena?”
- “Come ha vissuto il primo giorno di rientro a lavoro?”

È stato spiegato al partecipante che poteva esprimersi liberamente e che poteva ritirare il consenso alla partecipazione in qualsiasi momento.

L’arruolamento dei partecipanti e la raccolta dati è avvenuta da Luglio a Ottobre 2020.

Le interviste sono state raccolte al di fuori dell’orario di servizio attraverso supporti informatici.

3.5 MODALITÀ DI ANALISI DEI DATI

Le interviste sono state analizzate con il metodo Colaizzi. I dati sono stati raccolti e analizzati da un unico ricercatore. Le interviste registrate sono state trascritte dallo stesso ricercatore e l’analisi è avvenuta sulle trascrizioni effettuate. Un secondo ricercatore, esperto in ricerca qualitativa, ha effettuato verifiche periodiche sui processi, sui risultati e sulle interpretazioni.

3.6 ASPETTI ETICI:

Il presente studio è stato sottoposto all'approvazione della Direzione dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria "Ospedali Riuniti di Ancona".

La partecipazione è avvenuta su base volontaria, ciascun professionista ha espresso il proprio consenso.

Tutti i soggetti sono stati informati riguardo allo scopo dello studio e le modalità di raccolta e trattamento dei dati attraverso la scheda informativa. (ALLEGATO n.4).

A tutti i soggetti è stato richiesto il consenso alla partecipazione allo studio, all'audio-registrazione e al trattamento dei dati, nel rispetto della normativa vigente sulla privacy.

Si è ritenuto indispensabile che l'intervistatore potesse decidere liberamente di interrompere l'intervista, qualora ritenesse che essa potesse compromettere lo stato psicologico dell'intervistato.

3.7 AFFIDABILITÀ DEI DATI

L'indagine era rivolta ad ottenere le sole informazioni necessarie all'elaborazione dello studio, in coerenza con il protocollo di ricerca.

La scelta del campione è stata svolta nel rispetto dei termini di inclusione/esclusione e nel rispetto della privacy e dei tempi di lavoro di ogni infermiere partecipante allo studio.

Ogni intervista è stata svolta con la medesima modalità di presentazione dei quesiti garantendo l'omogeneità dei dati raccolti.

4. RISULTATI

4.1 DESCRIZIONE DEL CAMPIONE

Sono stati arruolati 10 infermieri. Il campione è prevalentemente di genere femminile (70%). L'età media è di 38 anni (DS 7,46).

Gli intervistati lavorano nelle attuali unità operative da 6,8 anni in media (DS 5,89).

Si rileva che gli anni di esperienza lavorativa degli intervistati sono in media 10,6 anni (DS 7,2)

Relativamente alla formazione professionale il 90 % degli infermieri hanno conseguito la Laurea Triennale in Infermieristica di cui il 40 % ha successivamente frequentato un Master, mentre il 10% ha conseguito il Diploma Universitario. (Tabella n.1)

VARIABILI INDAGATE	VALORI EMERSI	
Genere	70% femmine	
Età	38 anni (media)	7,46 (DS)
Anni di servizio	10,6 anni (media)	7,20 (DS)
Anni nell'Unità Operativa	6,8 anni (media)	5,89 (DS)
Formazione	10% Diploma Universitario 40% Master 90% Laurea Triennale in Infermieristica	

Tabella n. 1: “Caratteristiche del campione”

4.2 DESCRIZIONE DEI TEMI EMERSI

Dall'analisi delle interviste sono emersi molti temi, raggruppati in 5 categorie: gestione dispositivi di protezione individuale, positività al tampone, vivere l'isolamento, relazioni, tornare a lavoro. (Tabella n.2)

CATEGORIE	TEMI
GESTIONE DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE	Scelta
	Restrizione/carenza
POSITIVITÀ AL TAMPONE	Sorpresa
	Disorientamento
	Paura
	Negazione
	Sconforto
	Ottimismo
VIVERE L' ISOLAMENTO	Speranza
	Noia
	Difficoltà
	Paura
	Ansia/angoscia/nervosismo
	Tranquillità/buon umore
	Riflessione
	Preoccupazione
	Organizzazione degli spazi domestici
RELAZIONI	Solidarietà di colleghi e amici
	Conforto e aiuto della famiglia
TORNARE A LAVORO	Emozione/Felicità
	Impazienza
	Ansia
	Rifiuto
	Paura

Tabella n. 2 “Temi emersi dall’analisi delle interviste”

Gestione dei dispositivi di protezione individuale

Riguardo la gestione dei dispositivi di protezione individuale dall'analisi delle interviste sono emerse riflessioni sulla restrizione e carenza dei dispositivi *“C'era un po' di restrizione sull'utilizzo dei DPI, soprattutto sulle mascherine, l'utilizzo delle FFP2, poi le FFP3.....non dovevi utilizzare troppo le FFP3, non dovevi utilizzare troppo le FFP2, maggiormente, a contatto con i pazienti avevamo quasi sempre la mascherina chirurgica, soprattutto al triage”*(ID 01). *“All'inizio non ci hanno tutelato abbastanza, probabilmente, perché sì è vero che era una pandemia...però i presidi a noi che eravamo nei reparti normali tra virgolette non è che ce ne hanno dati tanti, quindi stavamo un po' allo sbaraglio.”* (ID 08)

È stata descritta l'esperienza dell'individualità della scelta del dispositivo da indossare *“utilizzavamo le mascherine chirurgiche....ci mettemmo la mascherina FFP2, di nostra iniziativa”*, hanno sentito personale la responsabilità della scelta *“pensi: 'ho sbagliato mascherina, magari sono andato con la chirurgica, se mettevo l'FFP3 non mi succedeva' però vai a sapere”* (ID 01).

Non si sono sentiti protetti *“All'inizio non lo so se la cosa era stata presa un po' sottogamba....Inizialmente le interviste si facevano con la mascherina chirurgica con la visiera trasparente, penso che forse non bastasse”* (ID 01)

“non potevamo andare in giro con la mascherina chirurgica, contro questo virus, che non si sapeva dove stava, da chi venisse” (ID 02).

Positività al tampone

Sono state raccolte le emozioni provate dagli intervistati in seguito alla comunicazione della positività al tampone, queste sono risultate varie ed in alcuni casi anche contrastanti tra loro.

Prevalentemente si sono registrate emozioni con accezione negativa.

Maggiormente è stato descritto un senso di disorientamento *“All'inizio niente, stavo un po' così, guardavo il soffitto, dico 'Boh! Adesso che succede?'. Poi è iniziata la trafila di telefonate il giorno dopo. Ho vissuto praticamente quei momenti, quelle ore un po' così. Oddio, non mi rendevo conto di cosa veramente avessi, poi non avendo sintomi, non avevo nulla, stavo bene.....ero disorientata, quello sicuramente ecco..”* (ID 03) *“Li*

per lì, non realizzavo. 'Ma è uno scherzo vero? Stai scherzando?' 'No no, son serio'. Li per lì, cioè, non realizzavo proprio." (ID 06)

Un'emozione ricorrente è stata la paura *"la prima cosa che ho provato, sicuramente è stata....siccome era all'inizio, cioè si sentiva parlare di tutti quei morti, è stata una paura incredibile"*(ID 01); *"Paura sicuramente"* (ID 08)

"Un tonfo al cuore...Mi è crollato il mondo addosso, perché davanti agli occhi mi è passato tutto quello che ho visto in quel mese e quindi l'ho riportato su di me, su mia moglie, sui bambini"(ID 09)

Un intervistato ha dichiarato di aver provato negazione nei confronti della realtà *"Allora, all'inizio c'era una negazione del..... avevo anche quasi un po' di vergogna nell'ammettere la positività."* (ID 06)

Un'altra emozione descritta è la sorpresa *"Sorpresa, sicuramente sorpresa, perché comunque sia, sì avevo dei sintomi molto blandi"* (ID 02)

Un infermiere, invece ha dichiarato di aver provato ottimismo *"Diciamo che io di mio, sono abbastanza ottimista e quindi ecco, non l'ho vista tragica. Ho pensato che sicuramente nel giro di poche settimane sarei stata fuori. Non mi sono buttata giù."*(ID 02)

Vivere l'isolamento

Gli infermieri hanno affermato di aver provato molte emozioni durante l'esperienza dell'isolamento.

Quattro interviste hanno testimoniato una grande difficoltà degli operatori sanitari ad affrontare l'isolamento. *"Stare in casa dalla mattina alla sera è tosta.....poi quando stavi da solo e non c'era nessuno era più dura"* (ID 01)

"Perché poi ad un certo punto la testa ti parte e dici: "ma come faccio io a stare altri giorni così"(ID 05)

"Sono stato malissimo. I primi giorno sono stati difficilissimi" (ID 07)

"È stata dura, durissima proprio psicologicamente" (ID 10)

Dalle interviste è emerso che la paura è stato il sentimento più ricorrente nel periodo di quarantena: *"paura, paura l'ho avuta, quello sicuramente.....guardavi la tv e vedevi la tragedia insomma...io avevo paura che succedesse anche a me"* (ID 03)

“Una notte ho avuto veramente paura perché i dolori erano fortissimi.....Ma quello che mi faceva paura, sentendo sempre la televisione, di tutta questa gente, colleghi, gente....di morire, la paura mia era quella” (ID 04);

“Inizialmente sì, paura perché l’ho vissuto, nel senso che ho visto, ho respirato, ho visto cos’era questo virus, quindi la paura di vivere quello che ho visto” (ID 09).

“avevo anche paura dell’ospedalizzazione, magari di non tornare a casa” (ID 10)

Gli infermieri durante l’isolamento hanno vissuto momenti di ansia *“le emozioni prevalenti.. stato d’ansia”* (ID 03), *“ci vivi con l’ansia.”* (ID 05), angoscia *“all’improvviso sprofondavi nell’angoscia più totale”* (ID 01) e nervosismo *“non riuscivo a riposare di notte, anche un po’ di nervosismo sicuramente tra le emozioni che ho provato c’è stato”* (ID 02)

Anche la noia è un sentimento esternato : *“non sapevo cosa fare”(ID 01); “Emozioni, oddio, eeeeeh, non saprei, ecco, molta noia”* (ID 02); *“Noia, noia sicuro...perché tanto stavo dentro quella stanza da sola”* (ID 08)

L’isolamento però, ha permesso di far emergere sentimenti di riflessione sulle priorità della vita:

“mi sono resa conto in quel periodo che la cosa più importante nella vita è la salute. A volte ci rendiamo conto che tutto quello che c’è fuori è importante, ma la salute viene al primo posto”(ID 04) “È stata una cosa bella tosta, però....mi ha fatto capire tante cose, di quanto siamo piccoli, di quanto di fronte a certe cose siamo tutti uguali.”(ID 05)

Oltre alle emozioni negative, sono stati riferiti anche buon umore *“ti svegliavi delle mattine che eri felice, felice tra virgolette, stavi bene di umore”(ID 01)* e voglia di fare *“dopo il primo tampone di controllo, che è risultato nuovamente positivo, la svolta.. ho dato sfogo alle mie doti culinarie e ho iniziato a cucinare a go go...diciamo che la cucina mi ha tenuto impegnata”* (ID 06)

Gli infermieri intervistati hanno esternato preoccupazione per i familiari con cui hanno vissuto durante l’isolamento *“La preoccupazione, ma non tanto per me, sai, magari a casa, quando hai un genitore e via discorrendo”* (ID 03); *“Ero preoccupato per la mia compagna e per la mia bambina che all’epoca non aveva nemmeno un anno, aveva 9-10 mesi ”* (ID 07).

“La mia preoccupazione principale era per mia figlia” (ID 10)

Hanno raccontato la condivisione degli spazi domestici: *“siamo stati attenti....nel nostro piccolo abbiamo cercato di stare più attenti possibile, ogni volta”; “abbiamo diviso gli spazi della casa, dormivamo separati, cercavamo di mangiare a distanza utilizzando sempre le posate di plastica, i piatti di plastica....ogni volta che uno andava in bagno disinfettava con la candeggina.” (ID 01)*

“abbiamo iniziato l’isolamento da tutto, dalla stanza ai pasti, mascherine, mascherine anche di notte quando dormivo” (ID 05)

“ci siamo armati in questa cameretta che usiamo praticamente come deposito, l’abbiamo allestita..e mi sono chiuso dentro questa cameretta che sarà stata 2 m x 3m ” (ID 07)

“Ho due bambini più mio marito e per non infettarli sono rimasta io chiusa dentro ad una stanza” (ID 08)

Relazione

Tutti gli operatori hanno sottolineato l’importanza del supporto morale delle persone vicine, l’aiuto e il conforto della famiglia.

“La mia ragazza mi è stata molto vicino..... Lei mi è stata tanto vicino, tutte le scocciature se le doveva subire lei, tutte le mie paranoie.” (ID 01)

“mamma finora ti sei presa tu cura degli altri, adesso io mi prendo cura di te” e detto da un bambino di 5 anni ti stringe veramente il cuore ”(ID 04)

Gli infermieri intervistati hanno apprezzato la vicinanza dei colleghi *“l’unico rapporto che avevo era con i miei amici, colleghi, avevamo un gruppo whatsapp...con loro c’è una bella amicizia, con loro praticamente ci sentivamo sempre” (ID 01)*

“Poi ogni tanto i colleghi hanno iniziato a chiamare, carini, almeno un attimo mi passava, qualche risata la facevamo. “Dai questo Covid” e mi ha aiutato molto eh” (ID 03); “la cosa più brutta è stata, bellissima, la generosità di tutti i colleghi che si sono resi disponibili ovviamente per portarti la spesa , per portarti qualsiasi cosa ti servisse, ti chiamavano per sapere semplicemente come stavi, perché anche quello diventa importante in quei momenti.” (ID 05)

“Sono stati disponibilissimi i colleghi che si sono offerti per la spesa, per qualsiasi cosa, molto carini.” (ID 06)

“Con i colleghi diciamo abbiamo fatto questo percorso in parallelo, ci siamo sentiti uniti. Abbiamo cercato di condividere tutte le sensazioni. ” (ID 10)

Tornare a lavoro

Gli infermieri hanno riferito il rientro a lavoro come un’esperienza positiva. Il ritorno è stato atteso con impazienza *“l’ho vissuta bene perché non vedevo l’ora” (ID 02);*

“Il primo giorno di rientro a lavoro, va bè, non vedevo l’ora” (ID 08).

“Tornare a lavoro è stato liberatorio è stato un modo per continuare a vivere e dici ‘Ok andiamo avanti’. Perché non è stato facile stare a casa. A me stare in panchina non piace”(ID 09)

Sono stati descritti sentimenti di emozione e felicità di rientrare nel contesto di lavoro *“quando tornai a lavoro, pure fu molto emozionante” (ID 01)*

“mi ricordo che comunque è stato molto piacevole. Quindi sì, contenta, contenta di essere tornata a lavoro.” (ID 02)

“Quando son rientrata, sono rientrata dopo un mese, è stato bello perché c’era tutto il mio turno, mi hanno accolto con un cartellone quando son tornata” (ID 05)

“Allora, il rientro a lavoro è stato la cosa penso più emozionante che ho vissuto” (ID 06)

“Il primo giorno di rientro a lavoro è stata una festa...è stato bello. Sono stato contento, nonostante il periodo era quello che era, ma dopo un mese di assenza, un mese di frustrazioni, sono tornato a lavoro e sono stato contento” (ID 07)

È emersa però anche la paura di tornare a lavorare nelle aree Covid.

“Poi quando sono entrato nella sala della vestizione, avevo quasi paura di vestirmi e di ricominciare da capo” (ID 01); “avevo paura, anche se ero immune in teoria” (ID 08)

ed anche il tema del rifiuto *“la prima volta è stata una sensazione fortissima perché quasi avevo il rifiuto” (ID 01).*

5. DISCUSSIONE

Questo studio aveva l'obiettivo di analizzare il vissuto degli infermieri contagiati dal Covid-19, per comprendere il significato della loro esperienza, esplorare il vissuto dei partecipanti e dare spazio all'espressione di pensieri, emozioni e sentimenti. Dall'analisi delle interviste è emerso come questa malattia è stata un'esperienza che ha segnato il vissuto degli infermieri, dal punto di vista umano e professionale.

L'analisi delle interviste ha portato all'estrapolazione di 5 temi: gestione dispositivi di protezione individuale, positività al tampone, vivere l'isolamento, relazioni, tornare a lavoro.

In riferimento alla tematica "gestione dei dispositivi di protezione individuale" gli intervistati hanno lamentato la carenza numerica dei presidi a disposizione e di conseguenza la restrizione del loro utilizzo, oltre alla mancanza di indicazioni in merito alla scelta. Questo risultato conferma quanto evidenziato dalla letteratura. [32] Infatti, studi dimostrano che la mancanza di DPI all'inizio della pandemia ha portato a molte esposizioni e contagi degli operatori sanitari. All'inizio del mese di marzo 2020, i rapporti sanitari statunitensi indicavano che molti ospedali e servizi sanitari erano a corto di DPI e forniture. Sono state identificate carenze critiche di maschere, visiere, occhiali protettivi, camici isolanti, disinfettante per le mani e prodotti per la disinfezione. [33];[34]

Molti studi riconoscono che la mancanza di consapevolezza e formazione, la carenza di personale e di dispositivi di protezione individuale siano le fonti più importanti di diffusione virale [11]. Questo determina negli operatori sanitari intervistati la comparsa di stress emotivo. I professionisti sanitari si sentono esposti al rischio di infezione, carenza di adeguati dispositivi di protezione individuale e in alcuni casi precarietà organizzativa determinano un forte sovraccarico emotivo che può contribuire ad appesantire ulteriormente il vissuto dei professionisti. [22]

La letteratura infatti dimostra che questa condizione per gli operatori sanitari può avere molteplici effetti negativi, tra cui la diminuzione delle capacità professionali, crollo emotivo, elevati disturbi del sonno, depressione, ansia e paura, oltre che aumento dei costi sanitari e tassi di mortalità più elevati legati al contagio degli operatori. [35]

La letteratura scientifica dedicata allo stress lavoro-correlato ha confermato come il settore sanitario abbia fattori di rischio psicosociale strettamente legati all'organizzazione lavorativa, alla sicurezza e alla salute degli operatori. [36]; [37]; [38] Fattori che in un contesto di emergenza sono grandemente amplificati, a partire da quelli relativi alle misure di protezione. [39] L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ricorda che per tutelare la salute del personale sanitario durante un'epidemia è indispensabile mettere in pratica tutte le misure necessarie a proteggere la sicurezza occupazionale degli operatori. [40]

Riguardo il tema della positività al tampone, le emozioni emerse dalle interviste sono prevalentemente negative per la maggioranza del campione: sorpresa, disorientamento, paura, negazione. Ciò è in linea con quanto emerge dalla letteratura che descrive situazioni di totale sconforto e chiusura. [41]

Altro importante tema è quello dell'isolamento, dalle interviste si evince che la condizione ed il periodo d'isolamento hanno fatto emergere sentimenti negativi negli infermieri contagiati.

Da alcuni studi si rileva che fattori di rischio che possono contribuire ad accrescere lo stress psicofisico degli operatori durante un'epidemia sono proprio l'isolamento sociale, dovuto alle misure di distanziamento e quarantena o in alcuni casi alla discriminazione, e l'assenza del sostegno familiare a causa del pericolo di contagio. [39]; [41]; [42]

La letteratura afferma anche che la paura e la preoccupazione di contagio per i propri familiari, ancor più in presenza di figli piccoli, possono condurre l'operatore sanitario a un vero e proprio auto-isolamento. [39]; [43]

È frequente che emergano emozioni di angoscia, paura, ansia e nervosismo.

Il tema delle relazioni fa emergere dalle interviste la grande solidarietà dei colleghi, sempre disponibili e il conforto dei familiari.

Gli infermieri apprezzano che i colleghi si interessino alla loro situazione, raccontano di momenti nei quali hanno ricevuto attenzione ed esprimono nei confronti dei propri colleghi un grande senso di gratitudine. Questa vicinanza ha alleviato la paura, la solitudine, l'angoscia e la noia.

Gli infermieri hanno riflettuto sui valori di solidarietà e hanno trovato una forza positiva nella famiglia, negli amici e nei colleghi, in coerenza con quanto descritto in letteratura. [44]

Il supporto sociale è fondamentale per gli infermieri impegnati nelle epidemie. Rimanere in contatto con gli amici, la famiglia o altre persone di cui ci si fida per parlare e ricevere sostegno, anche a distanza si è dimostrato fondamentale per condividere la percezione personale, rafforzare la motivazione e moderare lo stress. [39]; [45] [46]; [47]

Il tema “tornare a lavoro” si identifica nell’esperienza del ritorno nel contesto lavorativo e dalle interviste si comprende che si correla ad emozioni positive. Studi hanno dimostrato che le emozioni positive hanno un ruolo importante nel recupero della propria identità professionale e sociale, hanno un effetto protettivo e promuovono la riabilitazione dal trauma psicologico [23]; [48]. Anche la paura e l’ansia però sono emozioni che gli infermieri hanno provato tornando a lavorare nelle aree Covid, ma allo stesso modo il senso di responsabilità portato dall’etica professionale descritto dalla letteratura [49];[50] ha incoraggiato gli infermieri a mettere da parte questi sentimenti ed adempiere ai compiti professionali.

6. LIMITI DELLO STUDIO

Per la conduzione di tale studio si è scelto di utilizzare un disegno di studio di tipo qualitativo fenomenologico che risulta essere particolarmente indicato allo studio dell’esperienza umana e che permette di comprendere il senso di un’esperienza così come la colgono coloro che la vivono.

Nonostante lo studio sia stato condotto seguendo la metodologia, ha permesso l’identificazione dei vissuti del personale infermieristico in organico presso un unico ospedale DEA di II livello del centro Italia. Non sono stati indagati i vissuti degli infermieri che prestano la loro assistenza in altre realtà operative anche nazionali, nonostante i risultati dello studio siano concordi tra loro. Sarebbe auspicabile replicare questa ricerca dandole un’estensione multicentrica per comprendere e verificare, se e come, cambiano i vissuti degli infermieri.

7. CONCLUSIONI

Questo studio, in assenza di altre ricerche sullo stesso argomento in letteratura, contribuisce a dare una visione dell'esperienza psicologica degli infermieri contagiati da Covid-19, attraverso un approccio fenomenologico.

Suggerisce la necessità di incrementare sempre di più un counselling attento alle necessità degli operatori sanitari, che quando insorge una nuova epidemia hanno necessità di essere formati, informati, aggiornati, ascoltati e supportati.

Sono sempre presenti a fronteggiare l'epidemia, mettendo a rischio la propria salute e quella dei propri familiari.

Questa ricerca fa emergere l'esigenza di attivare una rete d'informazione tempestiva, codificata e condivisa per quanto riguarda le modifiche di tipo organizzativo e gestionale dell'assistenza al paziente. Evidenzia che vanno potenziate informazione e aggiornamento dell'infermiere che non deve trovarsi a lavorare in situazioni di incertezza e precarietà, ma in sicurezza e consapevolezza.

Gli operatori sanitari, coinvolti nella rete di gestione dell'emergenza sono i pilastri su cui si fonda la risposta all'epidemia da SARS-CoV-2. È quindi fondamentale investire quanto più possibile per proteggerne la salute fisica e mentale.

Dallo studio è emerso che le emozioni negative sono state dominanti e che quelle positive, in piccola parte sono state percepite successivamente. Implementare le risorse di supporto psicologico per sostenere gli operatori che quotidianamente si confrontano con l'emergenza, garantendole anche nel periodo successivo all'emergenza pandemica, può contribuire a potenziare le abilità di adattamento e a promuovere l'empowerment personale.

8. BIBLIOGRAFIA

- [1]- Kotfis K. COVID-19: ICU delirium management during SARS-CoV-2 pandemic. *Crit Care*. 2020; 24(1):176.
- [2]- Gheysarzadeh A. Report of 5 nurses infecting COVID-19 during patient care: case Series. *New Microbes New Infect*. 2020: 100694.
- [3]- The Lancet. COVID-19: protecting health-care workers. 2020; 395(10228):922
- [4]- Novel Coronavirus (2019-nCoV) Situation Report - 3 23 Jan 2020. Available at: https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200123-sitrep-3-2019-ncov.pdf?sfvrsn=d6d23643_8. (Accessed 20 Maggio 2020)
- [5]- Ying-Hui J. Perceived Infection Transmission Routes, Infection Control Practices, Psychosocial Changes, and Management of COVID-19 Infected Healthcare Workers in a Tertiary Acute Care Hospital in Wuhan: A Cross-Sectional Surve. *Mil Med Res*. 2020; 7(1):24.
- [6]- Huang et al. Special attention to nurses' protection during the COVID-19 epidemic. *Critical Care*. 2020; 24:120
- [7]- COVID-19, l'impatto della pandemia: analisi degli infermieri deceduti. Available at: <https://www.fnopi.it/2020/07/15/covid19-analisi-deceduti-infermieri/>. Published Jul 15,2020 (Accessed Aug 17, 2020)
- [8]- China Daily. Over 22,000 healthcare workers infected by COVID-19: WHO. 2020. Available at: <http://www.chinadaily.com.cn/a/202004/12/WS5e925595a3105d50a3d15825.html>. (Accessed 15 April 2020).
- [9]- Coronavirus/Inail: più di 28mila contagi sul lavoro, il 45% infermieri e il 14 % medici. Available at: <https://www.sanita24.ilsole24ore.com/art/dal-governo/2020-04-30/coronavirus-inail-più-28mila-conagi-lavoro-45percento-infermieri-e-14percento-medici-093700.php?uuid=ADcmEdN>. (Accessed 18 May 2020).

- [10]- Istituto Superiore di Sanità. Sorveglianza integrata COVID 19 in Italia. Epicentro website. <https://www.epicentro.iss.it/coronavirus/sars-cov-2-sorveglianza-dati>. Published April 5, 2020. (Accessed Aug 19, 2020).
- [11]- Chirico F., Nucera G., Magnavita N. COVID-19: Protecting Healthcare Workers is a priority. *Infect. Control Hosp. Epidemiol.* 2020 Apr 17: 1
- [12]- Covid-19, nel nuovo Dati Inail l'impatto della pandemia su trend infortunistico e mercato del lavoro. Available at: <https://www.inail.it/cs/internet/comunicazione/news-ed-eventi/news/news-dati-inail-covid-19-2020.html>. Published Jul 7, 2020. (Accessed 7 Jul 2020)
- [13]- Coronavirus: Ordine degli infermieri, 4mila i contagiati. Accessed at: https://www.ansa.it/canale_salutebenessere/notizie/sanita/2020/03/29/coronavirus-ordini-degli-infermieri-4-mila-i-contagiati_e5d63b67-193d-42e9-8dff-933c7ecb0785.html. (Accessed 16 May 2020).
- [14]- Hui DS et al. The continuing 2019-nCoV epidemic threat of novel coronaviruses to global health—the latest 2019 novel coronavirus outbreak in Wuhan, China. *Int J Infect Dis.* 2020; 91:264–266.
- [15]- Huang C. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet North Am Ed.* 2020;395:497–506.
- [16]- Interpretation of pneumonia diagnosis and treatment scheme for novel coronavirus infection (trial version 6) [EB/OL].(2020). Available at: <http://www.nhc.gov.cn/xcs/zhengcwj/202002/8334a8326dd94d329df351d7da8aefc2.shtml>. (Accessed 10 May 2020).
- [17]- CDC COVID-19 Response Team. Characteristics of Health Care Personnel with COVID-19 - United States, February 12-April 9, 2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep.* 2020 Apr 17;69(15):477-481.
- [18]- Kisely S., Warren N., McMahon L., Dalais C., Henry I., Siskind D. Occurrence, prevention, and management of the psychological effects of emerging virus outbreaks on healthcare workers: Rapid review and meta-analysis. *BMJ.* 2020 May 5; 369:m1642.

- [19]- Pappa S., Ntella V., Giannakas T., Giannakoulis V.G., Papoutsis E., Katsaounou P. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Brain Behav Immun.* 2020 Aug; 88: 901–907.
- [20]- Vindegaard N., Eriksen Benros M. COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. *Brain Behav Immun.* 2020 May 30.
- [21]- Magnavita N., Tripepi G., Di Pinzio R. Symptoms in Health Care Workers during the COVID-19 Epidemic. A Cross-Sectional Survey. *Int J Environ Res Public Health.* 2020 Jul; 17(14): 5218.
- [22]- Kang L et al. The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. *Lancet Psychiatry.* 2020.
- [23]- Niuniu S et al. A Qualitative Study on the Psychological Experience of Caregivers of COVID-19 Patients. *Am J Infect Control.* 2020; 48: 592–598.
- [24]- Mason DJ, Friese CR. Protecting health care workers against COVID-19 and being prepared for future pandemics. Available at: <https://jamanetwork.com/channels/health-forum/fullarticle/2763478> (accessed 11 May 2020).
- [25]- Petersen E et al. Li Wenliang, a face to the frontline healthcare worker. The first doctor to notify the emergence of the SARS-CoV-2, (COVID-19), outbreak. *Int J Infect Dis.* 2020; 93:205-7.
- [26]- Schwartz J et Al. Protecting health care workers during the COVID-19 coronavirus outbreak -lessons from Taiwan's SARS response. *J Microbiol Immunol Infect.* 2020 Apr 3.
- [27]- Simons G. Covid-19: Doctors Must Take Control of Their Wellbeing. 2020; 369:1725.

- [28]- Greenberg N, Docherty M, Gnanapragasam S, Wessely S. Managing mental health challenges faced by healthcare workers during covid 19 pandemic. *BMJ*. 2020; 368:1211.
- [29]- Xiang YT, Jin Y, Wang Y, Zhang Q, Zhang L, Cheung T. Tribute to health workers in China: A group of respectable population during the outbreak of the COVID-19. *Int J Biol Sci*. 2020; 16(10):1739-1740.
- [30]- Blake H, Bermingham F, Johnson G, Tabner A. Mitigating the Psychological Impact of COVID-19 on Healthcare Workers: A Digital Learning Package. *Int J Environ Res Public Health*. 2020; 17(9):E2997.
- [31]- Senni M. COVID-19 experience in Bergamo, Italy. *Eur Heart J*. 2020; (0): 1–2.
- [32]- Chung BPM, Wong TKS, Suen ESB, Chung JWY. SARS: caring for patients in Hong Kong. *J Clin Nurs*. 2005;14:510–517. 10. Kim Y. Nurses' experiences of care for patients with Middle East respiratory syndrome-coronavirus in South Korea. *Am J Infect Control*. 2018;46:781–787.
- [33]- Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici chirurghi e degli odontoiatri (FNOMCeO). Italian doctors call for protecting healthcare workers and boosting community surveillance during covid-19 outbreak". Published *BMJ* at 2020 March 26
- [34]- Kim Y. Nurses' experiences of care for patients with Middle East respiratory syndrome-coronavirus in South Korea. *Am J Infect Control*. 2018;46:781–787.
- [35]- Kushal A, Gupta SK, Mehta M, Singh MM (2018). Study of Stress among Health Care Professionals: A Systemic Review. *Int J Res Foundation Hosp Healthc Adm*; 6(1): 6-11.
- [36]- Elshaer NSM, Moustafa MSA, Aiad MW, Ramadan MIE. Job stress and burnout syndrome among critical care healthcare workers. *Alexandria J Med*. 2018;54:273–277.

- [37]- Negin T at Al. Stress and burnout in health care workers during COVID-19 pandemic: validation of a questionnaire. *Z Gesundh Wiss.* 2020 Jun 6 : 1–6.
- [38]- Maunder RG, Leszcz M, Savage, Adam MA, N Peladeau, Romano D, Rose M, Schulman RB. Applying the Lessons of SARS to Pandemic Influenza. An Evidence-based Approach to Mitigating the Stress Experienced by Healthcare Workers (2008). *Can J Public Health* 99, 486–488.
- [39]- COVID-19: stress management among healthcare workers
Available at: <https://www.epicentro.iss.it/en/coronavirus/sars-cov-2-stress-management-healthcare-workers> (Accessed 20 August 2020)
- [40]- Coronavirus Disease (COVID-19) Outbreak: Rights, Roles and Responsibilities of Health Workers, Including Key Considerations for Occupational Safety and Health
Available at: [https://www.who.int/publications/i/item/coronavirus-disease-\(covid-19\)-outbreak-rights-roles-and-responsibilities-of-health-workers-including-key-considerations-for-occupational-safety-and-health](https://www.who.int/publications/i/item/coronavirus-disease-(covid-19)-outbreak-rights-roles-and-responsibilities-of-health-workers-including-key-considerations-for-occupational-safety-and-health) (accessed 10 July 2020)
- [41]- Lancee WJ, Maunder RG, Goldbloom DS, & Coauthors for the Impact of SARS Study (2008). Prevalence of psychiatric disorders among Toronto hospital workers one to two years after the SARS outbreak. *Psychiatric services (Washington, D.C.)*, 59(1), 91–95.
- [42]- Shih FJ, Liao YC, Chan SM, et al. The impact of the 9–21 earthquake experiences of Taiwanese nurses as rescuers. *Soc Sci Med.* 2002;55:659–672.
- [43]- TP, Lien TC, Yang CY, et al. Prevalence of psychiatric morbidity and psychological adaptation of the nurses in a structured SARS caring unit during outbreak: a prospective and periodic assessment study in Taiwan. *J Psychiatr Res.* 2007;41:119–130
- [44]- Liu H, Liehr P. Instructive messages from Chinese nurses' stories of caring for SARS patients. *J Clin Nurs.* 2009;18:2880–2887.

[45]- Kang HS, Son YD, Chae SM, et al. Working experiences of nurses during the Middle East respiratory syndrome outbreak. *Int J Nurs Pract*. 2018;24:e12664

[46]- Waugh CE. The regulatory power of positive emotions in stress: a temporal functional approach. *The Resilience Handbook: Approaches to Stress and Trauma*. New York, NY: Routledge;2013:74–75.

[47]- Carbone EG, Echols ET. Effects of optimism on recovery and mental health after a tornado outbreak. *Psychol Health*. 2017;32:530–548.

[48]- Mak WWS, Law RW, Woo J, et al. Social support and psychological adjustment to SARS: the mediating role of self-care self-efficacy. *Psychol Health*. 2009;24:161–174.

[49]- Aliakbari F, Hammad K, Bahrami M, et al. Ethical and legal challenges associated with disaster nursing. *Nurs Ethics*. 2015;22:493–503.

[50]- Khalid I, Khalid TJ, Qabajah MR, Barnard AG, Qushmaq IA. Healthcare worker emotions, perceived stressors and coping strategies during MERS-CoV outbreak. *Clin Med Res*. 2016;1303:1–22

9. ALLEGATI

ALLEGATO n.1

IL VISSUTO DEGLI INFERMIERI CONTAGIATI DAL COVID-19: STUDIO QUALITATIVO FENOMENOLOGICO

CONSENSO INFORMATO

Il sottoscritto _____

Nato a _____ il _____

Dopo aver ricevuto esaurienti spiegazioni in merito alla richiesta di partecipazione allo studio osservazionale “**Il vissuto degli infermieri contagiati dal Covid-19: studio qualitativo fenomenologico**” e dopo aver letto la relativa Scheda Informativa, della quale ha ricevuto una copia,

ACCONSENTE a partecipare allo studio in oggetto.

Data

Firma

CONSENSO ALL’AUDIO- REGISTRAZIONE E ALL’UTILIZZO DEI DATI PERSONALI

Sono stato informato/a e **ACCONSENTO** ai sensi della normativa vigente in materia di privacy, affinché i miei dati personali possano essere esaminati dalle persone appositamente autorizzate. Sono al corrente che tali informazioni saranno trattate come strettamente confidenziali.

AUTORIZZO, ai sensi della normativa vigente in materia di privacy, lo Sperimentatore alla registrazione audio dell’intervista e ad inserire i dati da me riferiti nel database dell’indagine, esclusivamente per le finalità di ricerca.

Preservo il diritto a riascoltare ed ispezionare il contenuto delle registrazioni prima del loro utilizzo. In ogni momento potrò avvalermi della facoltà di chiedere la cancellazione od oppormi all’utilizzo dei miei dati personali, facendone richiesta scritta al Responsabile dell’indagine, la Dott.ssa Lucia Dignani o al Ricercatore Valeria Barbizzi.

Data

Firma

ALLEGATO n. 2

ID 01

“Da noi il primo caso di Covid c’è stato verso fine febbraio, non so se hai sentito, il caso del paziente nano, lui è stato il primo caso di Covid, poi da lì è partito a raffica.

C’era un po’ di restrizione sull’utilizzo dei DPI, soprattutto sulle mascherine, l’utilizzo delle FFP2, poi le FFP3.

All’inizio non lo so se la cosa era stata presa un po’ sottogamba, non dovevi utilizzare troppo le FFP3, non dovevi utilizzare troppo le FFP2, maggiormente, a contatto con i pazienti avevamo quasi sempre la mascherina chirurgica, soprattutto al triage, non so se hai visto il Pronto Soccorso come è strutturato.

C’è una stanza all’ingresso dove entravi, il paziente ti bussava, c’è un campanello, l’infermiera che era in area Covid rispondeva e il triagista andava a fare le interviste. Inizialmente le interviste si facevano con la mascherina chirurgica con la visiera trasparente, penso che forse non bastasse, ma all’inizio andava bene così.

Poi a Marzo a me è capitato personalmente, poi non so se io l’ho preso quella volta, sono stato in sala emergenza, lì non si usava la FFP2 o la FFP3, utilizzavamo le mascherine chirurgiche e avevo in sala un paziente che aveva fatto un incidente con un trattore agricolo e aveva la febbre a 38,5°C, era un trauma, però gli era uscita anche questa febbre. Io sono stato lì con lui, aveva fatto il tampone. Siccome aveva la febbre, io e la mia collega, perché siamo sempre in due, infermiere di sala emergenza e di sala 6, ci mettemmo la mascherina FFP2, di nostra iniziativa.

Su questo paziente abbiamo lavorato, gli abbiamo fatto i prelievi, abbiamo messo il catetere, alla fine avevamo solo la mascherina FFP2.

Verso le 03.00 del mattino si viene a sapere che era positivo, allora lo mettono in area Covid, era il 9 Marzo. Ho fatto notte quel giorno, poi avevo smonto – riposo e avevo un altro riposo, mi lasciavano a casa un altro giorno perché poi avevo una settimana di ferie.

Io sono sempre stato bene, poi la notte tra il 14 e il 15, verso le 04.00- 05.00 di mattina mi è salita la febbre. Inizialmente non me la sono misurata, ho aspettato al mattino che mi svegliassi e avevo 37.9 °C – 38.

La prima cosa contattai i colleghi nel gruppo whatsapp che abbiamo del pronto soccorso e l’infermiera che era al triage mi disse di venire che mi facevano tutto, prelievi ecc.

Andai e mi misero nell’area Covid, sono stato lì due tre ore e mi fecero di tutto: tampone, prelievi, emogas, la radiografia del torace. Essenzialmente stavo bene, avevo solo un po’ di mal di testa e stato febbrile, il medico mi mandò a casa e dovevo aspettare il tampone, mi disse di stare a casa finché non mi avrebbero chiamato.

Poi siccome faceva pomeriggio una delle mie amiche più strette, era al triage e mi disse “appena esce il tampone, lo tengo sotto controllo, ti chiamo”

Così l’ho scoperto...ricevo verso le 15.00 una chiamata dal Pronto Soccorso, ho riconosciuto il numero, non mi aveva chiamato lei, ma mi aveva fatto chiamare da un medico, appena sentii che non era lei dissi: “secondo me sono positivo”, la prima cosa che ho pensato “qualcosa non va”, mi chiamò il dottore e mi disse: “sei risultato positivo, alla fine non devi fare niente, devi stare a casa e vediamo come va”

La prima cosa che ho provato, sicuramente è stata...siccome era all’inizio, cioè si sentiva parlare di tutti quei morti, è stata una paura incredibile. La prima cosa, sono scoppiato a

piangere, c'era la mia ragazza che praticamente mi disse: "che è successo?" e dissi: "Sono risultato positivo, ora me lo hanno detto, dobbiamo stare a casa e vedere come procede".

Poi mi chiamò tutta la sfilza dei colleghi, pure loro, non erano ancora abituati, io sono stato il secondo del PS, prima di me c'era stata un'altra ragazza, il 12 e io il 15, a tre giorni di differenza, quindi diciamo che non eravamo ancora del tutto preparati a questa cosa. Tutti ti chiamavano e ti facevano sentire ancora di più....

Poi la prima cosa ho chiamato mia mamma, che nonostante ci fossero le restrizioni voleva venire qua, perché io sono di giù, di Caserta. Voleva venire su, e dissi: "ma dove vieni su? Con tutto questo casino ti metti a venire qua e rischi di prendertelo pure te?" però sai come è? Le mamme, allora l'ho dovuta convincere che stavo bene e che non serviva che venisse su.

Poi niente, il decorso è stato...guarda, non sono stato male, ho avuto la febbre tre giorni, mal di testa, un po' di mal di gola, poi è andato via tutto, poi mi hanno messo il tampone dopo due settimane, sono andato a farlo ed era ancora positivo dopo due settimane.

La cosa più brutta è che stavi sempre chiuso in casa, spesso ero da solo.

La mia ragazza faceva la spesa, l'unico rapporto che avevo era con i miei amici, colleghi, avevamo un gruppo whatsapp, tra l'altro sono tutte donne, perché la maggior parte sono tutte donne, però con loro c'è una bella amicizia, con loro praticamente ci sentivamo sempre, dalla mattina alla sera quasi sempre e ci videocchiamavamo un giorno sì e uno no. In quel gruppo c'era pure l'altra ragazza che lo ha preso il 12.

Poi dopo un po' lo ha preso anche un'altra ragazza, il 24 marzo, lei pure, andò a lavorare, si sentiva un po' stanca, un po' affaticata, andò a casa la sera e aveva la febbre, poi uguale, anche lei risultò positiva, solo che lei a differenza mia e di un'altra ragazza non aveva alterazione di gusto e olfatto, la febbre l'ha avuta due giorni, poi è sempre stata bene.

Poi niente, c'è stato tutto questo periodo che non passava mai, fatto di Playstation, Netflix, non sapevo cosa fare, stare in casa dalla mattina alla sera è tosta. Ti svegliavi delle mattine che eri felice, felice tra virgolette, stavi bene di umore, poi all'improvviso sprofondavi nell'angoscia più totale. I sentimenti più o meno erano sempre questi qua, soprattutto quando ti sentivi con i colleghi, ti facevi le videocchiamate, scherzavi, il tempo ti passava pure, però poi quando stavi da solo e non c'era nessuno era più dura.

Poi a me è stato un periodo di buco perché ho fatto il tampone dopo due settimane, poi una volta che risultavi positivo ancora, te lo facevano ad alternanza ogni settimana e io due volte ho avuto la beffa che andavo, negativo al primo e poi mi usciva il secondo positivo, dovevi essere negativo ad entrambi in due giorni di seguito. Questo mi è successo due volte.

Quando mi successe questo per due volte, fu ancora peggio, perché dissi: "allora non andrà più via". Erano passati 30 giorni ed ero ancora positivo. Poi uno degli ultimi giorni, dopo l'ultimo tampone che risultò positivo, mi iniziarono a venire dei sintomi gastro-intestinali, ma questo dopo 30 giorni che ce lo avevo, mi iniziarono a venire, diarrea, mal di pancia e allora contattai una dottoressa del PS, erano 35 giorni che stavo a casa e le dissi: "senti, fa qualcosa perché io non ce la faccio più a stare a casa così" e lei mi disse: "iniziamo la terapia con il Plaquenil". Andai in Ps, feci di nuovo gli esami, la radiografia e iniziai la terapia. Era domenica e il sabato avevo il tampone di controllo, ora non so se sarebbe andato via comunque, ma con questa terapia si è tolto il virus. Gli ultimi due tamponi dopo questa terapia sono risultati negativi. Se dovessi dirti che funziona il farmaco non lo so, però sarà stato il caso, ma andò via (il virus).

I colleghi sono stati sempre molto vicini, tutti quelli del PS, scrivevano sempre, molti chiamavano, soprattutto quando sapevano che avevi il tampone di controllo. Ti dicevano "come va?" e tu puntualmente gli dicevi "niente, sono ancora positivo", però loro cercavano sempre di

farti sentire importante, dicevano: “torna presto, ci manchi”, fecero pure un video, non so se lo hai visto, un video di 3 min, fu molto emozionante vederlo. Alla fine la cosa brutta era che tu stavi a casa impotente che non potevi aiutarli alla fine, perché tutto il boom del Covid alla fine me lo sono perso, l’ho vissuto un po’ all’inizio e adesso, da maggio, però quel periodo pieno di casi io sono stato sempre a casa. Un po’, anche se non era colpa tua, ti sentivi anche un po’ in colpa, sapere che loro stavano lì, a questa cosa ci pensavi quasi sempre, soprattutto quando vedevi le foto che stavano lì dentro, ci pensavi sempre.

Poi io feci gli ultimi tamponi uno il 19 e uno il 21 e risultarono negativi, finalmente. Lo scrissi nel gruppo e capirai, nel gruppo, ho fatto sei tamponi e ogni volta dicevo “sono positivo”, cioè avevo perso le speranze.

L’ultimo giorno scrissi “finalmente ho due tamponi negativi”, fu molto bello, perché la maggior parte dei colleghi mi telefonò, furono molto carini.

Poi il caposala mi fece tornare a lavoro il 23 aprile, l’ultimo tampone lo feci il 21 e lui mi fece tornare a lavoro il 23 aprile. Quando tornai a lavoro, pure fu molto emozionante, perché i colleghi del turno di notte mi aspettavano nel corridoio e mi applaudirono tutti quanti, furono molto carini. Poi facemmo la foto perché era il compleanno di una collega che compiva gli anni. Il primo giorno non sono stato in Covid, sono stato ai box, però quando ci dovevo tornare, la prima volta è stata una sensazione fortissima perché quasi avevo il rifiuto. Da fuori no, ero convinto di entrare, poi quando sono entrato nella sala della vestizione, avevo quasi paura di vestirmi e di ricominciare da capo.

La prima volta sono stato tipo 20 min per vestirmi perché avevo proprio il rifiuto. Poi mi sono fatto coraggio ed è andata. E’ stata la prima volta, poi già la seconda non è stata così. La prima volta è stato molto traumatico, soprattutto durante la vestizione, è stata molto dura diciamo.

Io da sfortunato ai controlli delle IgM e IgG, non ce le ho, dopo 40 giorni a casa sono negativo a IgM e IgG, li ho fatti già due volte, pure voi penso ed entrambe le volte negativo.

Noi del Ps 4 medici e 5 infermieri, io e una dottoressa uguali, non abbiamo sviluppato gli anticorpi, gli altri invece ce li hanno tutti, sinceramente non lo so come sia possibile.

So che adesso hanno fatto anche uno studio per capire. Non so come sia possibile. Eh niente, io e lei tutti e due negativi.

Poi quando lo ha preso una delle mie migliori amiche in Ps, lei mi è stata molto vicino, quindi ci ricambiavamo a vicenda. Lei lo ha preso un po’ più leggero, sempre la febbre, ma senza questo fatto del gusto. E all’inizio siccome noi avevamo già esperienza l’abbiamo aiutata. Le dicevamo: “se la vivi come noi, che stai bene, la scoccatura è stare a casa, che non ti passa il tempo, però almeno stai bene”.

Perché si sentiva sempre di gente che andava in rianimazione, gente intubata, giustamente ci pensavi a queste cose, pensavi “se mi succede come a loro”. Però fortunatamente a noi è andata così, a noi infermieri del Ps, il decorso è stato più o meno simile per tutti. Soltanto un collega un po’ più grande di età ha avuto un po’ di dispnea e un po’ di tosse. Noi più giovani febbre, al massimo questo, ma durata pochi giorni. E a me alla fine questo fatto dei sintomi gastro-intestinali, cosa che loro invece non hanno avuto.

Poi non ho capito, all’inizio dicevano che erano soltanto sintomi respiratori, tosse, queste cose qua, poi iniziarono a dire che coinvolgeva la sfera gastro-intestinale, boh, vai a capire.

Io avevo la mia ragazza che andava a fare la spesa, una collega la sorella, però c’era la prima collega che lo ha preso che era completamente da sola a casa, allora i colleghi sono stati molto carini perché a turno alcuni di loro andavano a fare la spesa e gliela lasciavano davanti alla porta.

Alla fine sono stati tutti molto carini, anche i medici.

Pure il mio turno di lavoro, si facevano sentire spessissimo, a giorni alterni mi contattavano sempre, qualche volta mi facevano una videochiamata.

Come esperienza, nonostante è stata brutta, perché non la rifarei, è stata una cosa che ricorderò, che porterò per sempre. E' significativa, anche se non la rifarei.

E' una cosa che non dimenticherò. Poi quando sono tornato io per fortuna il Covid è iniziato a scendere, io sono tornato a fine aprile, da quando sono tornato due casi positivi ci sono stati. Ricordo che quando stavo a casa oppure ad inizio marzo, ogni giorno ce ne stavano 10-12 positivi, non si capiva niente, adesso è molto meno.

Adesso sono ripartiti i lavori in PS, da ieri, l'area Covid l'hanno fatta piccolissima

Se devo ricordare qualcosa di questo periodo ricordo la solidarietà dei colleghi, la loro vicinanza, la paura sicuramente, sentimento di paura, spesso frustrazione, a giorni alterni. Spesso anche rabbia perché pensi: "ho sbagliato mascherina, magari sono andato con la chirurgica, se mettevo l'FFP3 non mi succedeva" però vai a sapere, il caso di quel signore in sala emergenza è quello che uno pensa, però l'ho potuto prendere in qualsiasi luogo del Ps, vai a capire dove lo hai preso. Addirittura ci sono colleghi che lo hanno preso e non se ne sono nemmeno accorti, sono usciti gli anticorpi positivi e loro non se ne sono accorti.

Da quello che ho visto, non ha un decorso equo per tutti, è differente tra una persona e l'altra.

La mia ragazza mi è stata molto vicino, siamo stati attenti, abbiamo diviso gli spazi della casa, dormivamo separati, cercavamo di mangiare a distanza utilizzando sempre le posate di plastica, i piatti di plastica, nel nostro piccolo abbiamo cercato di stare più attenti possibile, ogni volta che uno andava in bagno disinfettava con la candeggina.

Lei mi è stata tanto vicino, tutte le scocciature se le doveva subire lei, tutte le mie paranoie. Alla fine quando è tornata a lavoro lei è risultata negativa, nonostante è stata a stretto contatto in casa con un positivo per 40 giorni, lei non lo ha beccato. Ha degli anticorpi di ferro."

ID 02

Cosa hai provato quando ti hanno comunicato l'esito del tampone?

"Sorpresa, sicuramente sorpresa, perché comunque sia, sì avevo dei sintomi molto blandi, che però mi avevano insospettito, perché erano dei sintomi nuovi a cui non potevo dare una grande spiegazione.

Però, comunque sia, finché non hai l'esito ufficiale stai sempre sul: "dai non sarà, dai non sarà" Quindi, sorpresa sicuramente. Paura nì (sì e no), nel senso che comunque stavo bene, sapevo sì colleghi, soprattutto una ragazza che riferiva difficoltà respiratoria e quindi io ho pensato: "Oddio, adesso anch'io avrò difficoltà a respirare?" Però, ecco, il fatto che mi sentivo bene, mi rincuorava.

Diciamo che io di mio, sono abbastanza ottimista e quindi ecco, non l'ho vista tragica. Ho pensato che sicuramente nel giro di poche settimane sarei stata fuori, anche perché subito mi avevano detto che nel giro di 10 giorni avrei potuto rifare il tampone e che se era tutto negativo...

Quindi ho pensato "va bè dai 10 giorni starò a casa". In realtà poi questi 10 giorni sono lievitati in 5 settimane e quindi è stata mooolto più lunga del previsto.

Però, via, questo, quindi, sensazioni non così gravi insomma. Non mi sono buttata giù, ecco, avevo la speranza che ogni settimana fosse l'ultima e che...così.

Sorpresa, sicuramente sorpresa.

Io vivo con il mio fidanzato che anche lui è infermiere e diciamo che appena mi sono svegliata quella mattina che avevo questi sintomi, che era il mio giorno di riposo e quindi, il giorno dopo sarei dovuta andare a fare la mattina, mi sono svegliata con questi sintomi blandi. Tipo bruciore agli occhi, mal di spalla, cioè ecco, cosine così, stupide che ecco boh, influenza? Proprio il momento migliore per avere l'influenza e quando si è svegliato il mio fidanzato che faceva la notte, che aveva smontato dalla notte, quindi all'ora di pranzo, mi ha detto: "ma non sono un po' strani questi sintomi?"

E quindi diciamo che mi ha messo un po' la pulce lui, perché io altrimenti, neanche l'avrei fatto forse il tampone, perché mi sembravano cose comunque molto molto blande, troppo blande per poter essere....

Tanto è che poi quando telefonai anche loro dell'Igiene Ospedaliera mi hanno riferito "se fossi stata in un altro reparto, non te lo avrei fatto il tampone, giusto perché sei in Pronto Soccorso, facciamolo ". E fortunatamente è stato fatto, altrimenti avrei contagiato molti colleghi, in primis, sicuramente e i pazienti. Diciamo che è andata bene come è andata, via, vediamola così."

Quali sono stati le emozioni prevalenti durante la quarantena?

"Emozioni, oddio, eeeeh, non saprei, ecco, molta noia, molta speranza di uscire il prima possibile, come dicevo prima, paura a tratti, ma l'ho scacciata molto velocemente, come compariva la scacciavo, anche perché diciamo che, a parte i primi sintomi, che poi sono eeeeh, diciamo che in queste prime due settimane i sintomi andavano e venivano, ogni volta avevo un sintomo nuovo.

Quindi, mi ricordo che per 4-5 giorni ad esempio avevo molto male alle gambe e quindi non riuscivo a riposare di notte, anche un po' di nervosismo sicuramente tra le emozioni che ho provato c'è stato. Ho avuto la tosse per pochi giorni, l'olfatto e il gusto l'ho perso per due settimane intere, tanto è che ho pensato addirittura "ritornerà olfatto e gusto?" perché, veramente, mi stavo abituando a non averlo e ancora oggi non sono convinta di averlo preso a pieno, perché ogni tanto l'olfatto mi sembra che non ce l'ho a pieno insomma. Però, va bè, a parte questo, gli altri sintomi veramente blandi, quindi diciamo che l'ho vissuta bene.

Le prime settimane con me c'è stato anche il mio fidanzato perché hanno messo in quarantena anche lui, e quindi ci siamo fatti questa vacanza in casa, chiusi in casa, segregati.

Sicuramente non ho vissuto l'isolamento come forse avrei dovuto, perché comunque sia, casa è grande, ma gli spazi son quelli, la camera da letto è quella, il bagno è quello. Quindi alla fine ho detto, proprio in maniera cattiva al mio fidanzato "Eventualmente lo prenderai anche tu". Tanto come dobbiamo fare.

Invece, lui sembrerebbe che non è entrato mai in contatto con il virus. Così è capitato anche ad altri due miei colleghi che comunque hanno vissuto in stretto contatto il fidanzato o la fidanzata e sembrerebbe che dal tampone e da i sierologici, comunque questi fidanzati non sono mai entrati in contatto. Questa cosa ti puzza un po', ma è così.

Allora, diciamo che dopo le prime due settimane, le altre settimane mi sono...veramente scorrevano alla velocità della luce. Riferivo alle mie amiche, anche, quando mi chiamavano che proprio mi volavano i giorni. Mi svegliavo anche con calma perché ovviamente non avevo

niente da fare, mi mettevo in cucina ed era già quasi ora di cena. Mi sentivo che mi volavano le giornate e nemmeno me ne rendevo conto.

Ecco, per come uno dice stai in casa, io poi sono una persona molto frenetica, quindi difficilmente sto chiusa in casa, trovo sempre mille cose da fare, soprattutto all'esterno. 5 settimane vissute in casa, via, è stata una bella prova, però l'ho superata bene, l'ho superata bene, quindi non mi lamento. Mi sono riposata, sicuramente, tanto, tant'è che adesso che è quasi ora di andare in ferie dico "per la prima volta vado in ferie d'estate e non sono stanca", perché dopo questo riposo primaverile, mi sento comunque in forza. Faccio le ferie estive perché ovviamente piace farle, però sicuramente non perché ne ho uno stretto bisogno, come gli altri anni, quindi ecco, questi sono i pro del covid."

Come ho vissuto il primo giorno di rientro a lavoro?

"Emozionante, perché in parte ho pensato "mamma mia, sarò più in grado di fare l'infermiera? Mi ricorderò tutto? " In più sapevo che il Pronto Soccorso ha vissuto veramente mille cambiamenti durante questo periodo, quindi io già che ero comunque nuova, perché dal momento in cui mi sono ammalata avevo fatto due mesi, due mesi e mezzo di PS, quindi ancora mi sentivo un pesce fuor d'acqua, in più sapevo dei mille cambiamenti che c'erano stati e che in parte avevi già provato e che avevano continuato a modificarsi.

La tenda, postazioni nuove, tanti infermieri nuovi, perché sono entrati tantissimi infermieri nuovi. E quindi l'ho vissuta bene perché non vedevo l'ora, non vedevo l'ora di ritornare alla vita, alla vita, alla società, perché comunque sia i colleghi in quel momento soprattutto erano i primi visi che potevi vedere, prima dei parenti, prima degli amici e tutto, quindi ecco in parte non vedevo l'ora per provare l'emozione di tornare a parlare con qualcuno che non sia il mio fidanzato dal vivo, dal vivo.

Emozioni tante, ecco in parte, ecco, impaurita, però è andata bene. Adesso non ricordo bene le vicende del mio primo giorni di lavoro, ma mi ricordo che comunque è stato molto piacevole. Quindi sì, contenta, contenta di essere tornata a lavoro."

ID 03

Cosa hai provato quando ti hanno comunicato l'esito del tampone?

"Allora, Uno, mi è stato comunicato tramite whatsapp e penso che sia la cosa più brutta che qualcuno possa fare su una malattia di cui praticamente non c'è cura e non si sa nulla.

Va bè, digerito questo, cosa ho provato? Eh, all'inizio non si sapeva un granchè, io praticamente sono risultata positiva il 5 marzo, quindi non si sapeva ancora bene che cos'era, cosa insomma volesse dire avere il coronavirus e via discorrendo.

All'inizio niente, stavo un po' così, guardavo il soffitto, dico "Boh! Adesso che succede?". Poi è iniziata la trafila di telefonate il giorno dopo. Ho vissuto praticamente quei momenti, quelle ore un po' così. Oddio, non mi rendevo conto di cosa veramente avessi, poi non avendo sintomi, non avevo nulla, stavo bene.

E niente, il giorno dopo sono cominciate tutte le telefonate, mi hanno detto "guarda, adesso c'è un periodo di incubazione che più o meno può essere 7-8-9-10 giorni e anche di più.

Va bè, mi hanno detto “15 giorni, poi vediamo”. Va bè, le emozioni...come ti ripeto, ho provato...ero disorientata, quello sicuramente ecco.”

Quali sono state le emozioni prevalenti durante la quarantena?

“Periodo di quarantena bruttissimo, bruttissimo perché io continuavo a star bene i primi 5 giorni.

Iniziati i primi sintomi, io praticamente ho avuto tutti i sintomi, ma molto leggeri. Ho avuto 37,1 per 5 giorni, quindi, un po' di raffreddore, no, un grosso raffreddore, però guardavi la tv e vedevi la tragedia insomma, perché c'erano giovani che stavano praticamente con l'ossigeno nei reparti. Io avevo paura che succedesse anche a me, perché poi ne ho visti diversi e a far parte di quel gruppo...insomma, non ero così entusiasta, insomma. E poi le emozioni, la preoccupazione, ma non tanto per me, sai, magari a casa, quando hai un genitore e via discorrendo. Perché poi pensi “Oddio, eh, se mi succede qualcosa?”

Sai, è più l'esterno a cui vai a pensare, poi certo, una sorta di paura l'ho sempre avuta eh.

Poi ogni tanto i colleghi hanno iniziato a chiamare, carini, almeno un attimo mi passava, qualche risata la facevamo. “Dai questo Covid” e mi ha aiutato molto eh, questi colleghi che magari 1-2 volte al giorno mi chiamavano, mi mandavano i messaggi. E quello devo dire che fa, altrimenti quando stai solo in un appartamento, c'era solo il traffico davanti, questa cosa di aspettare i sintomi, se c'erano, se arrivavano o no, più forti intendo di quelli che avevo. Almeno mi facevano compagnia, quello sicuramente. Però, le emozioni prevalenti paura, un po' di stato d'ansia, quello sì.

Eh niente, quando sono arrivata a 9-10 giorni, già stavo meglio. Wao!, a livello di preoccupazioni intendo. “Ce l'ho fatta, ce l'ho fatta”. Devo dire che ci sono stati momenti brutti, quando magari mi hanno chiamata dall'ospedale per fare il secondo tampone. Cioè il tampone dopo 15 giorni, ed era positivo, beh insomma, non l'ho presa tanto bene. Però è passato pure quello, l'ho rifatto dopo una settimana e apposto, primo e secondo tampone ero negativa a tutti e due i tamponi. Però sì, nel periodo di quarantena paura, paura l'ho avuta, quello sicuramente. Però va bè.

Sai perché boh... “Oh non c'è cura signori” voglio dire, no!. Quindi non sapevo, “mannaggia, ma proprio io? Ma così giovane?” Tra virgolette. Però ad altri 20 anni vorrei arrivarci! E poi non si è mai pronti, penso. Io penso che quando avrò 80 anni, se ci arrivo o non ci arrivo...”

Come hai vissuto il primo giorno di rientro a lavoro?

“Eh, oddio, devo dire che stavo un po' fiacchetta (deboluccia), dopo un mese, erano 24-22 giorni che stavo a casa e quindi...Poi effettivamente il raffreddore l'ho avuto, sono stata, non male, ma insomma qualcosa ho avuto, ti ripeto, ecco.

Però avevo paura perché stavo praticamente giù fisicamente. Sono rientrata a lavoro, ma più che altro avevo paura di non riuscire...che poi era area Covid e quindi andavo direttamente...avevo paura se riuscivo...perché ero proprio stanca, se riuscivo a fare 8 ore e soprattutto se riuscivo a livello psichico, psicologico. Magari, le emozioni, sai, perché poi c'era gente...qualche signora giovane, che poi una è stata intubata. Sentivo pesantezza, quello sì, ti ripeto, tutto collegato a quello che avevo vissuto io.

Poi alla fine è sempre un trauma, anche se magari nel mio caso piccolo, però c'è stato.

Superato, però avevo paura, no paura, nel senso, mi sentivo debole e non so se a livello psicologico riuscivo...come avrei affrontato la cosa. Come ti ripeto, era un reparto Covid, quindi tutta la vestizione, tutto il procedimento....la paura magari, sai, all'inizio si sapeva di meno se avevi gli anticorpi, se ti proteggevano o no, quindi avevo paura di prendermela.

Poi perché mi sentivo un po' giù, quindi....però devo dire, nel giro di due giorni tutto passato, come al solito.

Niente, questo è quanto, aggiungere altro non credo. Anche perché non ne voglio fare una tragedia, perché alla fine io sto bene. Nel senso che, ti ripeto, dal mio punto di vista, rispetto ad un'altra collega che è stata peggio di me, che ha preso gli anti-virali, io no, io nemmeno una tachipirina ho preso. Un'altra collega che dopo un mese, sempre nel mio reparto l'ha preso, più o meno siamo coetanee, lei è stata un po' più male di me, quindi dal mio punto di vista, nel mio piccolo, alla fine, ecco non ne faccio una tragedia, è superato.

Spero che, facciamo le corna, non risucceda, scappo via, stavolta fuggo, stavolta fuggo....scherzo.”

ID 04

“Eh niente, tutto è iniziato dai primi di marzo, quando si era cominciato a sentire che alcuni pazienti avevano il Covid. Io sinceramente tanta paura non l'avevo, perché non avevo capito ancora, come tutti, la gravità.

Solo che quando, la prima settimana di marzo, ci hanno detto che anche la Medicina d'Urgenza sarebbe diventato reparto covid, lì iniziavo ad avere un po' paura. Anche perché lì essendo due reparti: medicina ordinaria e medicina sub-intensiva, hanno scelto le persone più anziane, inizialmente, per lavorare nel Covid.

Io sono stata il primo giorno a lavorare al covid, anche mio marito, perché lavoriamo insieme, nello stesso reparto, con turni diversi, naturalmente, perché abbiamo un bambino piccolo.

Sinceramente, quella mattina, che è stato il 9 marzo, eravamo un po' spaventati, perché nessuno ci aveva dato delle indicazioni. Infatti venne la collega della rianimazione che ci ha illustrato almeno la vestizione.

Questo è successo alle 10.00 e alle 14.00 dovevamo prendere servizio.

E quindi il primo giorno è stato un po' così, caotico.

Inizialmente avevamo 3-4 pazienti, quindi la cosa era più gestibile. Sembravano pazienti tranquilli, che avevano una polmonite brutta.

Niente, io ho lavorato lì solo 3 giorni, perché facevamo un po' al covid, un po' in medicina ordinaria che poi è diventata sub-intensiva.

Intorno al 12 iniziavo ad avere così i primi sintomi, però io non li avevo correlati al covid, avevo dolore al torace davanti e una lieve tosse. Infatti mi confrontai con mio marito e infatti gli dissi: “Guarda, io mi sento strana”.

Non sono fumatrice, quindi, insomma, questa cosa mi preoccupava, anche perché pensavo che avendo sudato, avevo preso un colpo d'aria e quindi avevo questo dolore e questa tosse.

Poi però i sintomi cominciavano ad essere più forti, tanto è vero che la notte tra il 18 e il 19, ho avuto un fortissimo mal di testa, fortissimo che mi si spaccava proprio la testa.

Presi un Brufen, quel giorno, il 19 avevo i pomeriggio, sono andata a lavoro, tutti mi hanno visto con gli occhi lucidi, che non ero me stessa e addirittura la coordinatrice mi ha detto “ma vai via prima”, le ho detto: “va bè, sono le 18.00”, alle 20.00 smontavo perché ero fuori turno

quel giorno “adesso finisco il mio turno e dopo vado a casa”. I giorni seguenti avevo riposo, quindi 20 e 21 avevo riposo, io alla mattina del 20 non mi sentivo assolutamente bene, tanto è vero che chiamai la coordinatrice e le dissi: “m non è il caso che faccio un tampone?”

Lei si informò con l’ufficio igiene, inizialmente non me lo volevano fare, perché erano passati i 15 giorni dal primo caso positivo che avevamo avuto. Però gli ho detto: “guardi, io non mi sento bene”. Alla fine, quando hanno sentino che io ero stata comunque 2-3 giorni al covid, me lo hanno fatto .

Andai a piedi a fare questo tampone, perché io non guido, andai all’ufficio igiene, ma al ritorno non ce l facevo a ritornare a casa, perché mi sentivo affaticata. Però piano piano ci sono arrivata. Anche perché mio marito faceva la mattina, quindi, ho lasciato mio figlio che dormiva con un’amica e insomma da lì mi sono messa sul letto e cominciava ad essere....a sentirmi sempre più stanca, questo dolore al torace, mi iniziava a far male dietro le spalle, sentivo come il fuoco dietro le spalle e i dolori sono peggiorati giorno per giorno.

Tanto è vero che mi confrontai con il mio medico, non di famiglia, ma di reparto, perché mi fidavo di più di loro e mi cominciarono a far prendere la terapia: l’antibiotico, il Plaquenil e poi iniziai a fare anche il clexane. Da lì è iniziata anche la diarrea, inappetenza. Gli odori li sentivo, certo, una notte ho avuto veramente paura perché i dolori erano fortissimi, chiamai mio marito, anche perché noi siamo soli qui, la nostra famiglia giù in Puglia. Eravamo io, mio marito e mio figlio. Mio marito doveva stare con mio figlio, io dovevo stare isolata, perché comunque, non potevo stare a contatto con loro, anche se lui, mi faceva tutto, mio marito.

Quella notte piangevo dai dolori, tanto è vero che mi voleva portare in Pronto Soccorso, anche se io non...avevo tanta paura, avevo paura di non ritornare più a casa, di non rivedere più mio figlio, mio marito.

Niente, dopo però mi sono tranquillizzata, mi sono messa giù con tre cuscini perchè non respiravo, anche se tenevo sempre sotto controllo la temperatura, la saturazione era buona.

Poi con il passare dei giorni, dopo 15-16 giorni di allettamento, perché non riuscivo nemmeno ad andare in bagno per fare pipì, mi sentivo fiacca. Dopo 16 giorni, ho iniziato a vedere i miglioramenti, anche perché la cura faceva effetto, ed ho iniziato a stare meglio.

Ma quello che mi faceva paura, sentendo sempre la televisione, di tutta questa gente, colleghi, gente....di morire, la paura mia era quella. Però sapevo che non poteva essere perché c’era gente che stava peggio di me. Però avendo visto quei tre giorni, che da un momento all’altro ci parlavi con il paziente e 5 minuti dopo, lo portavano in rianimazione, lo intubavano, insomma, un po’ la paura c’era.

Poi, dopo una settimana che ce l’ho avuto io, anche mio marito cominciava ad avere i sintomi, però lui lievi, mal di testa, una febbriola 37,1, anche noi non pensavamo che lui fosse positivo, anche perché doveva tornare a lavoro e invece prima di tornare a lavoro, ha fatto il tampone ed era positivo anche lui, anche se inizialmente era negativo. E quindi ancora più difficile, perché la paura era trasmetterla al bambino, visto che noi non avevamo nessuno, lui è stato sempre con noi. È stato abbastanza bravo, devo dire che in quel periodo è stato abbastanza bravo, perché aveva capito la situazione. Niente, la paura nostra era quella, dopo mi misi subito in contatto con la pediatra, la quale è stata gentilissima, mi chiamava ogni giorno, a differenza di altre persone, che pensavo che mi sarebbero state vicino....anche questo è importante quando stai male, avere delle persone che ti stanno vicino. Colleghi, amici, tanti sono stati vicini, tanti no. Che ti devo dire, dopo tanto abbiamo fatto il prelievo anche a lui, per sapere se comunque aveva contratto insomma il covid ed è risultato negativo.

Sì, sì, infatti la paura nostra era quella, ma lui è stato sempre bene.

Eh niente, poi l'altra domanda, come mi sono sentita quando sono ritornata a lavoro....

Boh, mi sentivo....avevo paura, avevo paura, però sapevo anche che ormai la cosa....sono ritornata a lavoro dopo un mese e mezzo, dopo un mese e mezzo, prima mio marito e poi io. Eh insomma, avevo paura e non avevo paura, adesso sto più tranquilla, però, la cosa...se ritorna questo virus, insomma, mi mette paura, perché, sì ce li ho gli anticorpi, ma quanto dura? Non lo sappiamo questo, non lo sappiamo e quindi...

Mi fa piacere perché almeno uno può raccontare quello che ha vissuto, perché se non lo vivi, non ci credi, perché qualcuno, qualcuno ha messo in dubbio, anche questa cosa, che magari, la cosa non era vera, invece...e questo ti fa male ancora di più.

Questa è stata la cosa che mi ha turbato, mettere in dubbio una cosa così seria, però va bè è passato, è passata anche questa. Devo dire che dopo 19 anni di lavoro, dove..., insomma io ho lavorato sempre in quel reparto, quindi li ho visti, questa veramente è stata la cosa più brutta, perché li abbiamo avuti pazienti infetti, siamo stati sempre a contatto con pazienti infetti, ma questa insomma è una cosa grossa.

E la cosa che mi ha fatto tanto male è vedere gente che era lì da sola e non poteva vedere la sua famiglia, tu immagina, magari andavi fuori, andavi a prendere le cose personali che il parente gli portava, stavi lì, non li potevi far parlare con il loro parente, era veramente brutto.

Pensavo che io andavo in ospedale sarebbe successa a me la stessa cosa, quindi mi mettevo anche nei loro panni. Quando sono andata a lavoro, la cosa che mi ha fatto veramente brutto, dopo che è finito tutto, avevano raccolto gli oggetti personali dei pazienti che erano deceduti per covid, quindi arrivavano questi parenti, dovevi far firmare questo foglio e loro ritiravano, magari la collanina, l'orologio, una maglietta, anche un cosa più futile insomma, però per loro era tanto importante.

E mi sono trovata a consegnare questi oggetti e lì mi sono ricordata di tutto. Adesso speriamo che non ritorna più, certo adesso siamo più pronti, siamo più pronti, all'inizio ci ha preso così alla sprovvista. Siamo un poco più pronti. Vorrei aggiungere una frase che per me è importante, durante la quarantena, mio figlio mi ha detto "mamma finora ti sei presa tu cura degli altri, adesso io mi prendo cura di te" e detto da un bambino di 5 anni ti stringe veramente il cuore. Poi un'altra cosa importante che ti volevo dire è che durante questa fase, tante persone ci sono state vicine, anche da chi meno te lo aspettavi, anche perché io e mio marito non potevamo uscire, quindi i vicini di casa, si sono preoccupati di noi, chi ci andava a fare la spesa, chi prendeva una cosa, chi te ne prendeva un'altra, ci sono stati vicini. Anche i colleghi eh, devo dire, tutti, bene o male. Però la cosa più importante che ti volevo dire di mio figlio e mio marito, va bè, anche mio marito, però detto da un bambino piccolo è importante.

Un'altra cosa...mi sono resa conto in quel periodo è che la cosa più importante nella vita è la salute.

A volte ci rendiamo conto che tutto quello che c'è fuori è importante, ma la salute viene al primo posto.

Ti accontenti anche di piccole cose, non c'è bisogno, magari di uscire, comprare cose costose, non serve, non serve veramente. Io ho tanto riflettuto durante questo periodo e ti rendi conto che per essere felici basta poco, non serve tutto questo. Certo, la famiglia, gli amici, però se non hai la salute, non hai niente.

Perché, come ti ho detto, in quei giorni, ci sono stati giorni che facevo fatica a respirare e mi rendevo conto che non stavo bene per niente, poi quando ho iniziato a stare bene, ho visto la luce."

ID 05

“Da dove iniziare, iniziare dal 25 marzo, anzi dal 24 marzo, è la data in cui mi sono svegliata un po’ stanca, un po’ strana, però pensavo che era dovuto allo stress, che in quei giorni stavamo lavorando spesso e volentieri in area covid, poi però vedevo che non mi sentivo proprio al 100%.

La sera, verso il pomeriggio ho iniziato a sentire brividi di freddo, ho detto: “mah, c’è qualcosa che non va”, prendo il termometro, mi misuro la temperatura e avevo 38 di febbre.

Quindi un attimino sono rimasta così, perché tanto dici “al 99% è questo, non mi veniva la febbre da non so quanti anni, potrebbe essere quello.

Ho chiamato perché la mattina avrei dovuto lavorare, avrei dovuto fare mattina e mi risposero i colleghi che mi dissero : “domani mattina”, perché era tardo pomeriggio, “domani mattina vieni giù che ti facciamo il tampone”. Effettivamente la notte passata tra febbre 38,5, dolori, mal di testa, dolori articolari. La mattina vado lì in area covid e sinceramente stare dall’altra parte, seduta su quella panchina che era adibita per l’area covid per i pazienti tra virgolette deambulanti è stato un po’...è stato strano. Anche perché vedere i colleghi che, quello che facevi fino al giorno prima con i pazienti, riscriverlo sulla pelle tua è stato un attimo un po’ particolare, il tampone stesso e tutto.

Poi quel giorno è stato un giorno lunghissimo, sembra che sia durato 48 ore, anche perché l’esito del mio tampone io non l’ho avuto prima delle 9 di sera, sarà che in quel periodo ce ne erano tanti da fare, da analizzare, però io alle 9 di sera. Infatti spesso ho chiamato nel pomeriggio per sapere se c’era quest’esito, ma ancora nulla. E quando mi hanno detto alle 9 di sera che ero positiva, un attimino ci son rimasta un po’ di stucco, perché fino alla fine spero che magari non è, e poi, per prima cosa ho avvisato mia mamma, che abita giù, perché io non sono di qua.

Ho avvisato i miei e oro, nonostante tutto volevano venir su perché pensavano che stessi male. Ma, fortunatamente ho avuto solo..., l’evoluzione è stata quei tre giorni di febbre, dolori articolari, mal di testa e fortunatamente, almeno nel mio caso è finita lì.

Poi ho avuto la fortuna tra virgolette, sfortuna, che in quei giorni era venuta quassù mia sorella, che saremmo dovute scendere in ferie, per qualche giorno, e ovviamente non l’ho fatta scendere a casa, anche nei giorni prima, perché ho detto: “sei stata a contatto con me”, per fortuna, a questo punto, perché magari...quindi abbiamo iniziato a...l’isolamento da tutto, dalla stanza ai pasti, mascherine, mascherine anche di notte quando dormivo, è stata, è stata bella tosta.

Anche il fatto di sapere che hai una cosa che non sai cos’è, che non si sa come può evolvere e non poter abbracciare una persona, tua sorella, tua mamma, chiunque.

Mia sorella perché stava qui vicina a me, ma mia mamma, per farle capire che io stessi bene lei mi faceva solo le video-chiamate , perché magari pensava che le dicessi una bugia, una cosa. Però è stato... è stata bella tosta come giorni. Poi fortunatamente per me l’evoluzione è stata quella, anche se, magari, come ti dicevo, essendo una malattia nuova, una malattia sconosciuta, dici: “magari mi sveglio domani e non so come sto oggi”, quindi ci vivi con l’ansia.

Dall’altra parte la fortuna, tra virgolette sfortuna è stata quella che tre dei miei colleghi, con cui siamo anche poi molto amici, ce lo siamo beccati nello stesso periodo e di conseguenza tramite chat ci siamo tenuti compagnia, ognuno faceva...cioè, quando uno cadeva, perché i giorni di depressione, si alternavano a giorni in cui stavi un po’ più su di morale e uno faceva da sponda all’altro. Dalle stupidaggini più assurde, dai video su internet per passare le giornate, perché

effettivamente le giornate, se stai dentro casa, in isolamento, non puoi vedere nessuno, sono toste, finisci pure i film da vedere su Netflix, non ce la fai più. Le video-chiamate, è stato...sono stati dei giorni per me lunghissimi, anche perché stavo bene, i tamponi venivano fuori sempre positivi, anche se il primo veniva fuori negativo, magari dicevo : “oddio ce l’ho fatta”, vado a farlo il giorno dopo e veniva fuori sempre positivo, quindi dici....sentivi pure in giro gente che era da 60 giorni che stava a casa perchè il tampone continuava ad essere positivo e dici: “Madonna, ma sei anche io faccio così, come faccio? ”.

Perché poi ad un certo punto la testa ti parte e dici: “ma come faccio io a stare altri giorni così”, ma non perché non stai bene, però ti manca anche il fatto di andare a lavorare, anche il fatto di uscire semplicemente a poter fare la spesa, cosa che fino al giorno prima avevo fatto.

Poi la cosa più brutta è stata, bellissima, la generosità di tutti i colleghi che si sono resi disponibili ovviamente per portarti la spesa , per portarti qualsiasi cosa ti servisse, ti chiamavano per sapere semplicemente come stavi, perché anche quello diventa importante in quei momenti. E...è stato un periodo...cioè a me sono stati 28 giorni lunghissimi e quando ho saputo l’esito dell’ultimo tampone che erano tutti e due negativi, quasi non ci credevo, perché ho detto: “va bè, aspettati il peggio , perché tanto, oramai, ci sei abituata” e invece è andata così. È stata...non lo so, se non ci fossero stati i miei amici, colleghi, mia sorella, se sarebbe stata la stessa cosa, anzi credo proprio di no.

È stata una cosa bella tosta, però è stata anche molto...dal punto di vista umano, mi ha fatto capire tante cose, di quanto siamo piccoli, di quanto di fronte a certe cose siamo tutti uguali, di quanto... anche nel rapporto col paziente, di quanto stare dall’altra parte è difficile.

E quindi è stata un’esperienza che non mi sarei proprio aspettata, perché dici: “va bè, capita proprio a me?” Poi quando capita proprio te, sì. Anche perché i primi tempi, quando ancora nessuno sapeva cioè bene cosa, il materiale scarseggiava, cercavamo di farci capire, non potevamo andare in giro con la mascherina chirurgica, contro questo virus, che non si sapeva dove stava, da chi venisse, cioè. Invece i primi giorni sono stati così. Probabilmente è proprio lì che l’ho preso? Non lo so. Può darsi di sì, può darsi di no, non ne ho la più pallida idea, perché in quei giorni, veramente, sono stati un disastro.

Nell’area covid, l’ultima notte che ho fatto ricordo di un paziente di 40 anni che non aveva fattori di rischio,

non aveva nulla, non prendeva un farmaco, non era fumatore e rischiava di essere intubato, quello lì me lo ricorderò per sempre, perché ho detto : “Cavolo, questo è veramente Covid!”

Perché fin quando i giorni prima avevo visto solo pazienti anziani, che magari avevano fattori di rischio, erano debilitati, dici: “Va bè, il covid è quello? Boh”. Però. Quando vedi un quarantenne che dopo qualche ora sarebbe stato intubato, là ti fermi un attimo e dici “no è proprio quello” tant’è che durante periodo di quarantena io non ho mi visto telegiornali, mi sono auto-imposta di non vederli, perché....anche perché creano solo ansia e anche lì, anche nelle persone che ti stanno vicino, va bè.

Quando son rientrata, sono rientrata dopo un mese, è stato bello perché c’era tutto il mio turno, mi hanno accolto con un cartellone quando son tornata, nonostante tutto, quasi tutti con un abbraccio, nonostante la paura di questa “bestia”.

È stato particolare quando sono tornata a fare un turno in area covid, perché quando ho messo la mascherina e il casco ho avuto un attimo di...chiamiamolo attacco di panico tra virgolette, uno stato d’ansia abbastanza generalizzato. È durato pochissimo, però sapere che dovevo tornare lì dentro, dove probabilmente avevo peccato questo...il coronavirus, quindi mi ha creato un attimo uno stato d’ansia, ovviamente con i colleghi un attimo respiri, poi dopo lo fai.

Però è stata un'esperienza che sicuramente non dimenticherò io, non dimenticherà chi mi è stato vicino, non dimenticherà nessuno, penso. E spero che ci abbia dato qualcosa in più, per migliorarci.”

ID 06

Cosa hai provato quando ti hanno comunicato l'esito del tampone?

“Allora, io quella mattina ero a lavoro, ero in servizio e la mattina già quando mi sono alzata non mi sentivo al top, ma non pensavo mai di risultare positiva al covid, è stato molto perspicace il coordinatore che mi ha rimandato a casa, facendomi fare il tampone e non avevo molta febbre al momento, ma poi tornata a casa avevo 38,5 e la sera mi sveglia la chiamata di un collega dicendomi che l'esito del tampone era positivo.

Lì per lì, non realizzavo. “Ma è uno scherzo vero? Stai scherzando?” “No no, son serio”.

Lì per lì, cioè, non realizzavo proprio, il pensiero è stato...è andato subito a casa perché comunque i due giorni prima ero stata anche a casa, quindi tutti i miei cari e avendo anche un po' una situazione un po' particolare a casa, temevo e subito mi è crollato il mondo addosso perché comunque non sapevo quali potessero essere le manifestazioni future, come avrei potuto reagire, comunque vivendo da sola, non sapevo come si sarebbe sviluppata la sintomatologia. Quindi ecco, diciamo che non ho reagito benissimo all'inizio perché non sapendo appunto ancora...sconosciuta la sintomatologia, oppure magari gli effetti che avrebbe avuto su di me. Ecco, per quanto preso in forma lieve, è andata bene così, col senno di poi.”

Quali sono state le emozioni prevalenti durante la quarantena?

“Allora, all'inizio c'era una negazione del.... avevo anche quasi un po' di vergogna nell'ammettere la positività. Infatti all'inizio dico: “ Lo dico o non lo dico?” magari soltanto ecco, alle persone più strette, che ne so, magari essere trattata magari come un'appestata, anche semplicemente al proprietario di casa.

Però comunque alla fine ho dovuto dirlo per varie situazioni di necessità, ecco, quali la spesa.

Ecco, all'inizio anche un po' di repressione nei confronti del virus, poi comunque pensavo che avrei....Allora, all'inizio diciamo che stavo un po' male, perché comunque tra la febbre, tra...ah tra l'altro la perdita del gusto e l'olfatto, che pure lì c'è la preoccupazione di.... cioè dico: “ma è reversibile o no questa sintomatologia?” La paura quindi del non riacquisire completamente il gusto e l'olfatto, quanto durasse, perché anche questa non era una cosa certa e varia da persona a persona. Cioè, un insieme di cose, che comunque mi facevano preoccupare, ecco. Poi niente, ecco, all'inizio preoccupazioni, poi nel corso dei giorni, nei primi giorni ho avuto anche la lombalgia, perché comunque stando sempre dentro le quattro mura di casa, tra il divano e il letto, ecco mi ha fregato e quindi antidolorifici a go go per la lombalgia.

Poi diciamo, dopo il primo tampone di controllo, che è risultato nuovamente positivo, la svolta. Nel senso che ho dato sfogo alle mie doti culinarie e ho iniziato a cucinare a go go, purtroppo va bè cucinavo e congelavo, perché stando da sola purtroppo, tutto quello che cucinavo non potevo mangiarlo più di tanto tutto. Diciamo che la cucina mi ha tenuto impegnata, poi magari i film, serie tv, in un primo periodo, quando sta un po'....un po' meno meglio. E poi niente....Poi diciamo che non mi sono mai sentita sola grazie anche alla vicinanza di familiari, amici,

colleghi che mi chiamavano e cioè dico alla fine, la presenza non fisica, con la vicinanza delle persone che mi sono care. Sono stati disponibilissimi i colleghi che si sono offerti per la spesa, per qualsiasi cosa, molto carini. Quindi diciamo che nel male ho comunque anche capito magari su chi poter fare affidamento, magari è qui comunque che vedi le persone che ti sono vicine.”

Come hai vissuto il primo giorno di rientro a lavoro?

“Allora, il rientro a lavoro è stato la cosa penso più emozionante che ho vissuto, perché non mi era mai capitato innanzitutto di stare ferma un periodo così lungo. Neanche dalla laurea al mio primo incarico o comunque le ferie sono stati sempre periodi minori, ho avuto un infortunio un anno fa, ma è stato sempre un periodo minore.

Quindi, allora, come attività, per quanto riguarda proprio l’attività proprio infermieristica, la pratica è stato proprio il periodo più lungo, perché comunque la paura “rientro, ho perso la manualità nel fare le cose. Non sono stata mai ferma tutto questo periodo” (35 giorni). E quindi c’era la preoccupazione, poi comunque l’emozione . Poi al rientro è stato tanto d’impatto rivedere i colleghi, cioè, tutti comunque che mi hanno accolto benissimo “Bentornata” “ Come stai?”, mi hanno fatto sentire un sacco protetta, tutti molto....carinissimi.

E poi anche d’impatto è stato vedere il reparto, cioè il Pronto Soccorso cambiato, completamente cambiato, cioè l’assetto, le postazioni, anche strutturalmente, con le nuove porte per la pressione negativa, tutti comunque bardati. Cioè, per carità, anche quando ho lasciato il lavoro sì era così, però strutturalmente non era così d’impatto. La tenda, perché quando mi sono ammalata, non era ancora stata allestita la tenda fuori del Pronto Soccorso. Quindi è stato molto emozionante e poi diciamo che piano piano, dopo giorni, mi sono riambientata, però all’inizio... Oppure anche mi ha fatto strano vedere anche i neoassunti, i ragazzi neoassunti che comunque magari si gestivano meglio di me che stavo lì magari da....ho fatto un anno a giugno, sembravo più “nuova” io rispetto a loro che stavano lì da aprile. Cioè per ogni cosa dovevo chiedere perché comunque di cose ne sono cambiate parecchie. È stato un po’ emozionante e traumatico allo stesso tempo. E poi comunque la paura c’è, perché non è detto che se uno....allora io all’inizio non sapevo neanche di aver sviluppato gli anticorpi e la paura è sempre dietro l’angolo. Non è che uno perché ha contratto già il virus va senza i dispositivi di protezione in area covid, ecco quindi.

Perché molti colleghi dicono: “ Ma tu ce lo hai avuto”, no, non è detto che io.... cioè gli anticorpi, non mi durano per sempre, poi tra l’altro. E quindi, insomma, uno ci va giustamente cauto.

Sto pensando, poi un altro aspetto ripensando poi alla domanda di prima....ho sentito sì la vicinanza delle persone a me care, però tramite una video-chiamata non è mai a stessa cosa rispetto a vedere una persona fisicamente, quali familiari, ragazzo.

È capitato sì, di stare distanti per altre situazioni, però comunque la situazione di vivere nelle quattro mura è completamente diversa da essere in un’altra città e dove uno comunque conduce una vita normale. Quindi, qualsiasi cosa, anche per le varie necessità, dovevo stare sempre magari....fortuna appunto i colleghi che magari....c’era qualcuno che vive vicino casa mia, quindi per qualsiasi cosa erano disponibili ecco.”

ID 07

“Ma io fondamentalmente sospettavo già di avercelo. Il fatto è stato che praticamente...ti faccio un po' un riassunto insomma di quello che è successo. Io sono smontato dalla notte che avevo la tosse, una cosa che non sono abituato ad avere, poi sentivo che era una tosse secca e stizzosa ed era mi pare il venerdì mattina.

No era il sabato mattina che sono smontato dalla notte, poi avevo il sabato e la domenica di smonto e riposo e poi il lunedì avrei ricominciato con il pomeriggio. Per cui un po' mi è venuto il sospetto. È successo che un po' quei due giorni ovviamente ho cercato di usare la mascherina, la cosa più brutta è stata lunedì mattina che avevo il dubbio. Poi chiamando a lavoro dissi “guarda che secondo me ho il Covid”. Il nostro referente del momento mi ha detto “guarda aspettiamo un paio di giorni, stai a casa, mettiti un attimo isolato dalla famiglia, aspettiamo un paio di giorni, altrimenti rischi di risultare un falso negativo”

La cosa brutta è che lunedì mattina la mia compagna lavorava e io sono stato con la mascherina a contatto tutto il giorno con la bambina. Quindi quando poi nel pomeriggio sono andato lì in ospedale che poi avrei dovuto attaccare alle due, ma lì ho avvisati che andavo lì e che non sarei potuto andare prima per via della bambina. Per cui alle due invece che andare a lavoro, lì avevo già avvisati che non sarei andato, sono andato a fare tra virgolette il tampone, perché poi ho fatto l'iter così come lo hanno fatto i pazienti normali. Cioè io avrei potuto fare semplicemente il tampone, invece poi mi hanno fatto emogas, prelievi, rx torace. Io ho fatto tutto l'iter, sono stato diverse ore lì e sono andato via che erano tipo le dieci di sera, dalle due del pomeriggio che ero lì. Praticamente sono stato lì tutto il pomeriggio, ovviamente c'erano 20-30 persone all'interno dell'area covid che avevano allestito. Sono stato là, ho fatto il tampone, non ricordo, verso le cinque del pomeriggio, no, le quattro del pomeriggio più o meno, poi però sono stato là finché non mi hanno fatto l'rx torace e sono andato via che erano tipo le 21.30-22.

A mezzanotte il collega mi ha chiamato e mi ha detto che ero positivo. Un attimino mi sono sentito...“Cacchio e ora?” Alla fine ci siamo armati...già il giorno prima ci eravamo armati (abbiamo una casa piccola) in questa cameretta che usiamo praticamente come deposito, l'abbiamo allestita, abbiamo portato tutte le cose fuori che stavano dentro e mi sono chiuso dentro a questa cameretta.

Quindi un attimino mi è crollato il mondo perché ero preoccupato per la mia compagna e per la bambina insomma. Con quello che si sentiva avevo la strizza, non per me, devo dire la verità. Alla fine a parte le tosse, perché i primi giorni sono stato con le tosse, poi l'influenza fra virgolette, i sintomi influenzali mi sono venuti dopo. Quindi va bè dicevo, “magari a me è venuta solo quella tosse” stavo bene. Ero preoccupato per la mia compagna e la bambina che all'epoca non aveva nemmeno un anno, aveva 9-10 mesi.

È stata fondamentalmente una sensazione di impotenza. Questo è stato l'impatto iniziale di quando ho avuto la notizia.

Poi abbiamo avuto un po' quelle che erano le evoluzioni della malattia. Però da quel momento in poi sono stato chiuso in una cameretta che sarà stata due metri per tre.

Mi è preso male all'inizio. La mia compagna ha preso l'aspettativa e non è più andata a lavoro, io sono stato poco bene, è stata un mese a casa con me, la bambina non sapevamo a chi darla, quindi ha preso tutta l'aspettativa che poteva prendere.

La paura che io le avessi contagiate, tanto tra l'incubazione ecc io ero stato qua in casa. Sì è vero, qualche volta mi ero anche messo la mascherina, ma non in modo così ligio, come avrei dovuto fare.

Ero preoccupato per la bambina che è piccola, anche se alla fine i bambini col covid si sono dimostrati pochi insomma, il discorso della vasculopatia, quindi eravamo preoccupati anche per quello. Poi dopo col tempo abbiamo scoperto queste cose.

Quello è stato il guaio, quando mi sono chiuso nella camera non ero pronto a lasciare lei soprattutto. Era la novità, io sono grandicello e avendo fatto una bambina da grande ho probabilmente un'attenzione più elevata rispetto ad un giovane, che si ha il figlio, però essendo giovane magari tra virgolette lo vive in un certo modo. Io l'ho vissuta molto intensamente, quindi questo distacco dalla bambina e dalla mia compagna mi ha fatto male. La bambina mi cercava all'inizio e mi commuovo.

Sono stato malissimo. I primi giorno sono stati difficilissimi, ero preoccupato, mi mancava lei e vedevo che mi cercava. Il discorso è che la cameretta, la camera matrimoniale e il salone affacciano su un unico balcone, quindi faceva caldo in quei giorni, io non avevo sintomi particolari, stavo fuori, anche la mia compagna usciva con la bambina fuori, ma stavamo tipo a 4-5 metri di distanza, io sempre con la mascherina e loro altrettanto, quindi la bambina quando mi vedeva mi cercava.

Quindi quelli sono stati i momenti più duri. Poi dopo si è abituata e stranamente si è adattata a quella situazione, quindi ridevamo, scherzavamo, ma non ha più chiesto di venirmi in braccio, anche perché lei non camminava ancora, un po' gattonava, o almeno aveva iniziato a gattonare.

All'inizi faceva il gesto di venirmi incontro, poi dopo 4-5 giorni ha smesso ed è stato un po' più facile. I momento critici erano quando lei piangeva, perché magari era caduta e si era fatta male, io stavo lì dentro che chiedevo e alla fine non potevo fare niente. Spesso stavo fuori, per esempio, loro chiudevano la porta, mentre la mia compagna era in salotto a giocare con lei io dalla finestra, che era chiusa, facevo il pesce dall'acquario insomma e la guardavo mentre giocava. Ed erano i momenti in cui stavamo più vicini perché attraverso il vetro riuscivamo a star vicino, altrimenti eravamo sempre staccati. Quindi insomma, non è che l'ho vissuta proprio bene questa quarantena. Devo dire che mi sono rilassato sotto certi aspetti, perché una volta che sono passati i sintomi più forti, come la febbre alta, il raffreddore, le algie diffuse, per quella prima settimana e mezzo, poi mi è rimasta la tosse per tre settimane, stavo chiuso in camera, leggevo qualche libro, stavo fuori dal balcone, al computer. Era una situazione in cui vivevo da solo. Stavo isolato lì dentro, uscivo per andare in bagno e basta. La mia compagna mi passava dalla porta il mangiare, niente, insomma questa è stata la storia. Quindi insomma me la sono passata brutta, ma non tanto per la malattia, quanto per il distacco dalla bimba.

Il primo giorno di rientro a lavoro è stata una festa. Premetto che come un po' tutti i reparti avevamo una chat, quindi un po' ho vissuto quello che vivevano loro giorno per giorno e man a mano che poi si ammalavano altri colleghi, che poi alla fine siamo stati in sei a prendere il covid in pronto soccorso, per cui c'è stato un sentirsi vicino con tutti quelli che stavano all'interno del lavoro.

Un po' ho sofferto durante quel periodo perché mi sentivo anche in colpa per non stare lì in quel momento difficile, perché se la sono passata veramente brutta e lo vedevo e mi sentivo in colpa di non essere lì. Stavo a casa, sì è vero che stavo a casa e non ci potevo fare niente per cui dovevo stare là, però mi sentivo in colpa perché loro stavano affrontando qualche cosa di importante. Ha accostato molta gente, li ha fatti sentire molto uniti e molto vicini e io mi sentivo un po' distante a causa di questa mia malattia. Però quando sono tornato non dico che mi hanno fatto una festa, perché poi mano a mano che uno tornava era un abbraccio, anche se non potevamo, però ci siamo abbracciati, perché comunque si era vissuta una crisi ed è stato bello. Sono stato contento, nonostante il periodo era quello che era, ma dopo un mese di assenza, un

mese di frustrazioni, sono tornato a lavoro e sono stato contento. Pure i colleghi mi hanno salutato e si vedeva che erano proprio contenti di vedermi, che non mi era capitato nulla dal punto di vista clinico, insomma di salute e che avevo ripreso l'attività. Quindi è stata una bella sensazione. Un po' mi manca il fatto di non esserci stato. Un po' lo sento questo senso di colpa. Quando sono andato il sabato, anzi il lunedì, quando andai a fare il tampone, il collega, il facente funzioni all'epoca, che poi è uno di noi, mi disse "ma che vai a fare là dentro, mica ce l'hai" e io ho insistito dissi "no, guarda, è sicuro che ce l'ho" e l'ho fatto e ce l'avevo, se avessi sentito lui sarebbe stato un casino, magari mi sarebbe uscito 4-5 giorni dopo che avevo la febbre, però nel frattempo lavorando avrei infettato tutti. Alla fine è andata bene."

ID 08

Cosa hai provato quando ti hanno comunicato l'esito del tampone?

"Paura sicuramente e poi comunque timore per la mia famiglia, te considera che il 19 marzo mi hanno.....abbiamo fatto i tamponi a tutto il reparto e in quell'occasione sono risultata positiva e in quel momento, da quel momento mi sono isolata dentro una camera e non sono più uscita per circa 25 giorni. Ho due bambini più mio marito e per non infettarli sono rimasta io chiusa dentro ad una stanza. Quindi paura, timore e basta ecco."

Quali sono state le emozioni prevalenti durante la quarantena?

"Noia, noia sicuro, poi anche lì timore sempre e paura di non sapere cosa...a cosa andavo incontro, perché tanto era l'inizio, la malattia era nuova, quindi boh, non sapevo dove andava a parare. Quindi niente, quello principalmente e noi perché tanto stavo dentro quella stanza da sola."

Come hai vissuto il primo giorno di rientro a lavoro?

"Il primo giorno di rientro a lavoro, va bè, non vedevo l'ora perché ero stata a casa, però ero anche stanca fisicamente dal covid, perché non ti lascia proprio benissimo. Quindi stanca sicuro e poi stranamente avevo paura, anche se avevo fatto i doppi tamponi negativi, avevo paura che ancora ce lo avevo. Di un falso negativo, così, quindi un disastro, un po' paranoica i primi giorni, poi dopo va bè, piano piano è andata meglio. Quindi...adesso sono tranquilla, però all'inizio...poi avevo paura, che ne so, sempre mascherina anche se ero immune in teoria, sempre mascherina FFP2, camice, cuffietta, tutto. Invece va bè, adesso va un pochino meglio, quindi lavoro più tranquilla, è passata ormai."

Sai cosa? Volevo dire che all'inizio sicuramente non ci hanno tutelato abbastanza, probabilmente, perché sì è vero che era una pandemia, quindi probabilmente sarebbe successo ugualmente, però i presidi a noi che eravamo nei reparti normali tra virgolette non è che ce ne hanno dati tanti, quindi stavamo un po' allo sbaraglio, ecco. Camici no, mascherine no, quindi era normale. Tu considera che da noi si sono infettati in 20, 20 colleghi, tra OSS, infermieri e medici. Penso che magari non cambiava, però penso che se magari avessimo avuto un peletto in più di presidi la cosa non sarebbe stata così esagerata, perché 20 sono tanti in un reparto, più tutti i pazienti, che poverini sai, quindi niente così."

ID 09

Cosa hai provato quando ti hanno comunicato l'esito del tampone?

“Cosa ho provato, è stata una cosa.....un tonfo al cuore, perché....ti spiego, vengo dal pronto soccorso, ho lavorato 14 anni in emergenza e anno scorso avevo deciso di cambiare, ho fatto mobilità e mi sono ritrovato praticamente in malattie infettive il 1 febbraio di questo anno, quando è iniziato tutto.

All'inizio, quando arrivavano le prime notizie di questo corona, dalla Cina no, non lo so, forse ho sottovalutato, un po' come tutti, come parecchia gente dice “è poco più di un'influenza”. Perché magari venendo da un'esperienza di emergenza, dove ciclicamente magari ogni 3-4 anni, veniva sempre fuori una notizia del genere, dall'H1N1, SARS, Ebola, poi dopo alla fine si è sempre rivelato, diciamo una cosa che a noi ha toccato e no. Invece, quando a febbraio, mi sono ritrovato lì con i primi pazienti a marzo, tutto marzo abbiamo lavorato in condizioni surreali. Cioè, non ti rendevi conto, ancora adesso, ogni tanto ripenso “ma che è successo?. Io il mese di marzo ho lavorato con...come ti posso dire....una sensazione di...mi sentivo inerme, in balia degli eventi e con tante paure addosso soprattutto per mia moglie, i miei figli, i miei genitori e chi mi stava intorno. Quindi, ogni volta che tornavo a casa per me era un trauma, no quando lavoravo, perché quando lavoravo pensavo solo a quello che dovevo fare. È quando tornavo a casa che mi arrivavano tutte le paure, dubbi. Anche perché venivo probabilmente da un'idea... diciamo la sottovalutavo all'inizio, poi invece vedevo i pazienti stare male e morire e questa cosa mi ha devastato perché poi non trovavi neanche un filo comune. Vedevi il 50-60enne, vedevi il 90enne, vedevi l'asintomatico, vedevi quello che stava malissimo, quello con i fattori di rischio, no vedi quelli che dicono “ah quello doveva morire”. No, perché anche l'oncologico che faceva la sua terapia poteva vivere tranquillamente la sua vita altri 10-20 anni, invece no. Anche il 40enne, il 39 enne, mi ricordo un ragazzo giovanissimo che è stato malissimo, lui non aveva nessun fattore di rischio ed eravamo lì per intubarlo e portarvelo insomma. Così, poi dopo alla fine...allora all'inizio quando hanno iniziato a portare i primi pazienti ci hanno fatto il tampone e stavi tranquillo, è negativo. Poi dopo a metà marzo io mi sentivo che c'era qualcosa, però davo la colpa all'ansia, allo stress, davo la colpa a questa cosa qui. Avevo un peso al petto, fiato corto, forse magari 8 ore vestito, davi la colpa alla disidratazione, a insomma tutte queste cose qui. Veniva la febbre, mi è venuta qualche lineetta di febbre che neanche mi sentivo, l'ho scoperto solo perché dovevamo prendere la temperatura a inizio turno e ho scoperto questo 37,5, mai avuto. Poi io di solito da uomo a 37,1 chiamo già il prete insomma. 37,5 neanche lo sentivo, di nuovo, nuovo tampone, sono stato a casa qualche giorno solo per precauzione, mi faccio un altro tampone al rientro, tutto negativo. Ho fatto 3-4 tamponi fino al 20-21 marzo. Quindi lavoravo, sempre con quest'ansia, ma tranquillo, perché ho detto “ho quattro tamponi negativi”. Invece quando sono rientrato è incominciata la tosse, tosse strana, tosse secca e davo la colpa all'aria condizionata, soprattutto nel mio reparto di notte che la si sente parecchio. Le sudate quando eri vestito, con l'aria condizionata e davo la colpa a questa cosa qui. Ma è una tosse strana, secca, che non mi lasciava, per 9 giorni, ce l'ho avuta, senza febbre, senza niente, solo tosse. Solo che fine marzo anche mia moglie si sveglia con la febbre, febbre alta però, alta con i dolori e comincia a vedere che non sentiva anche gli odori, mangiavamo, non sentiva il gusto e lì ho avuto più di un sospetto, solo che io non stavo tanto bene neanche io quel giorno, quindi rimando malattia. In automatico il 30 marzo mi rifanno un

nuovo tampone, alla mattina, la sera mi chiamano dal servizio di igiene e mi danno la notizia e qui ti rispondo alla domanda, cosa ho provato? Mi è crollato il mondo addosso, perché davanti agli occhi mi è passato tutto quello che ho visto in quel mese e quindi l'ho riportato su di me, su mia moglie, sui bambini "Oddio e adesso?" Questa cosa mi ha un pochino spiazzato, forse, non lo so, ancora adesso no la riesco a descrivere la sensazione. Paura, paura più ne avevo prima, dopo non è stata più paura, ma certezza. Mia moglie era già in quarantena, era il periodo del lock down e abbiamo fatto una quarantena nella quarantena, perché prima ok, sempre dentro casa, ero l'unico che usciva per andare a lavoro e i bambini lo facevo giocare nel cortile sotto casa.

Quando è venuta la notizia abbiamo fatto il lock down del lock down. I bambini neanche li ho mandati nel cortile per paura che incrociassero i miei. Tutta questa cosa qua. Mia moglie fortunatamente è stata male con la febbre alta tre giorni, dopo di che la febbre è sparita, rimasti i dolori, quella sensazione, però a livello respiratorio non ha mai preso né a me, né a mia moglie i bambini il grande anni aveva un po' di tosse, ma come l'avevamo gli altri anni, quindi non mi ha preoccupato più di tanto. Oddio, di notte dormivi poco, andavi in cameretta a vedere come respirava perché l'ansia c'era, però fortunatamente con i giorni, i primi di aprile, così, ho visto che non peggioravano le cose, quindi ho detto "stiamo tranquilli, aspettiamo, vediamo". Io la certezza di mia moglie non ce l'ho perché il tampone non le è stato fatto, perché dopo tre giorni la febbre era sparita e quindi il territorio, ci telefonava per sapere come stava e tutto, poi era quel periodo che i tamponi scarseggiavano, quindi immaginavo che non glielo avrebbero mai fatto. Fortunatamente stava bene, quindi dico "vediamo, se magari peggiori ti porto in ospedale, chiamo, vediamo, facciamo qualcosa". Dopo 15 giorni, quindi praticamente cadeva il 15 aprile, che era il mio ultimo giorno di quarantena, il 16 ho fatto il primo tampone dei due no, per vedere se mi ero negativizzato e fortunatamente io ero già negativo, quindi ho fatto un secondo tampone il 17 aprile e il 18 sono rientrato a lavoro.

Già le cose cominciavano a migliorare anche in reparto, diminuivano i ricoveri, si lavorava in maniera più serena. Ho detto "Ok, ce l'ho avuto, l'ho svangata, la situazione migliora" dopo è stata in discesa la cosa.

Però dopo in ospedale hanno iniziato a fare i sierologici. Ho fatto il sierologico il 20-21 aprile, 3 giorni dopo praticamente, dove ero con gli anticorpi positivo, sia IgG sia IgM, quindi da protocollo mi rifanno un altro tampone che fortunatamente era negativo. Quindi ho continuato a lavorare, a maggio ho rifatto il sierologico, dove ero solo positivo alle IgG, le IgM non ce le avevo più, niente, dopo i pazienti quest'estate non ce li abbiamo avuti più fino ad Agosto. Solo che il 2 agosto, quando abbiamo ricoverato il primo paziente covid della seconda ondata, chiamiamola così, alla caposala ho chiesto "non è il caso di ripetere i sierologici, non dico ogni 15 giorni, ma almeno una volta al mese insomma?" "Non è previsto" ha detto.

Però io me lo sono fatto privatamente perché intanto a settembre iniziava la scuola per i bambini. Ho detto "vediamo a che punto sto, se ho ancora gli anticorpi, come sono messo", l'ho fatto privatamente, mannaggia a me è venuto positivo, sia IgG che IgM, un'altra volta. L'ho comunicato alla caposala, che le veniva da piangere. Mi rifanno un altro tampone, l'ho fatto praticamente...quand'era, due settimane fa, 14 giorni fa dopo che ho presentato il sierologico ed è negativo. Poi ho parlato con l'infettivologo del reparto che mi ha detto "adesso i prelievi sono molto più...cioè gli esami, sono molto più sensibili" e quindi molto probabilmente anche a maggio non ero completamente negativo, però non lo hanno rilevato, mentre adesso, magari i laboratori sono molto più precisi, quindi anche una sfumatura la vedono e la segnano come positiva. Adesso vediamo, la caposala mi ha promesso che mi ripeterà il sierologico."

Quali sono state le emozioni prevalenti durante la quarantena?

“Il problema del lock down non è stato di stare a casa, ma più che altro per i bambini, abituato all'amico, abituato ad andare a scuola, ritrovarsi chiusi dentro casa, io ho due bambini, per il piccolino, non è cambiato tanto, nel senso che giocava, continuava a giocare, aveva il fratello, ma il grande...mi è dispiaciuto per lui, si è comportato benissimo, perché comunque sia non ha mai...ha capito la situazione, si è adattato, forse più lui che noi e questa cosa mi ha rincuorato. La casa l'abbiamo vissuta normalmente, alla fine era inutile che io mi isolavo dopo che mia moglie era già stata male. Tanto chiusi dentro casa...Magari ho cercato di toccare, baciare, abbracciare di meno i miei figli però tanto...abbiamo diviso ecco, ognuno avevamo le nostre posate, alla fine sembrava paradossale la cosa. Io ero positivo, mia moglie alla fine non ti ho detto, ho fatto anche a lei ad Agosto il sierologico, dove è risultata anche lei positiva agli anticorpi, quindi al 99,9%, perché qui le certezze non le abbiamo mai, al 99% è stata positiva anche lei. Quindi a parte alcune piccole cose il mio asciugamano, il mio dentifricio, il mio spazzolino, che ho tenuto lontano dalla portata dei bambini che altrimenti potevano arrivarci. Al di là di questo niente, ecco, chiusi dentro casa. Mi facevo lasciare la spesa fuori dalla porta. Sul balcone, perché le giornate erano belle. Perché se pioveva dicevi stavi a casa e invece le giornate spettacolari, quindi passavi le giornate sul balcone e niente, stavi così. Inizialmente sì, paura. Ma io ho pensato sempre paura perché l'ho vissuto, nel senso che ho visto, ho respirato, ho visto cos'era questo virus, quindi la paura di vivere quello che ho visto. Di certezze non ne hai, quindi dici “Boh!” Mi ha toccato da vicino anche con dei colleghi che sono stati malissimo. Ho dei colleghi anche in centrale a Fano, dove praticamente ad un collega gli è morta tutta l'equipe, il medico, l'autista, lui pure è stato male. Mi ha toccato da vicino. Però è stata tutta una serie di cose. Anche la vita sociale mi è cambiata tanto, gli amici, le conoscenze, sto facendo una scrematura grossa. Non si riesce proprio, quando ti iniziano a tirare fuori il discorso della mascherina che è nociva, che il virus è un complotto, le 5 G...li sto mandando a quel paese tutti, perché è una cosa grande. Io cerco di non parlare, perché sanno dove lavoro. “Allora?” Cerco di evitare questo discorso, perché so che parecchia gente te lo chiede, ma già ha una sua idea, quindi non te lo chiede a titolo informativo, cerca un'approvazione, cerca una prova in quello che già lui pensa e se tu non gliela dai, tira fuori di tutto, dai rettiliani che ci vogliono governare, ai vaccini. Ah, poi non parliamo dei vaccini. Già è stato un argomento in tempi non sospetti... “Ah ma te sei pro o contro i vaccini?” C'è stato un anno in particolare in cui c'erano i No Vax “tu cosa ne pensi?” dicevo quello che pensavo e tiravano fuori tutto quello che leggevano su Internet. Quindi il lock down mi ha portato a questo. Anche ora c'è gente che si auto allontana, ti vedono come untore. Lo capisci, lo vedi, prima ti trattava in un modo, adesso non ti tira le pietre perché ti conosce, perché c'è gente che arriverebbe anche a questo. Infatti è una delle paure che con mia moglie ci si scherzava. Mentre eravamo nel lock down del lock down ed eravamo positivi cercavamo di non dirlo tanto perché abbiamo detto “magari ci troviamo la gente con le torce ed i forconi sotto casa”. La paura c'è, paradossalmente, poi un po' la esageri. Poi vedi gente che fino a febbraio baci, abbracci, cena, usciamo, adesso se ti vede nemmeno ti guarda, appena ti vede tira su la mascherina e si allontana.”

Come hai vissuto il primo giorno di rientro a lavoro?

“Liberatorio, è stato liberatorio tornare a lavoro, anche se continuo a lavorare con i pazienti covid, fortunatamente sono più forte di prima. Ho la consapevolezza di averlo già avuto, quindi dici “magari oh ho gli anticorpi e magari sono più tutelato rispetto a prima”. Vedi i pazienti, comunque prima ne arrivavano 20 alla volta, non sapevi dove metterli, ne intubavi uno a turno, era una cosa veramente....marzo, marzo è stata una cosa veramente...La gente dice “Eh è il lavoro tuo”, certo, è il lavoro mio, lo faccio con piacere, ma l’impotenza che hai nell’aiutare il paziente è devastante. Non sono le 8 ore. Che poi la zona nostra è stata tra virgolette tranquilla. Io ogni tanto penso ai colleghi di Pesaro “come hanno fatto?”

Perché noi bene o male il cambio ci arrivava, facevi le tue ore, ti fermavi mezzora, un ora in più per aiutare, perché quel mese lì è stato drammatico, però non eri chiuso dentro l’ospedale e non potevi andare via perché non ti arrivava il cambio del collega perché stava male o perché aveva paura di venire.

Quindi fortunatamente a livello lavorativo non è cambiato tanto, sì la mole di lavoro alla fine. Dopo 14 anni di pronto soccorso non è stato pesante il lavoro, è stato pesante a livello psicologico quello che vedevi, l’impotenza della gente. Devastante la gente che voleva vedere i familiari e non li potevano vedere, quindi stavi lì le ore con lo smartphone e non avevi il coraggio di staccare la video-chiamata perché avevi da fare, ma non avevi il coraggio perché sapevi magari che era l’ultima chiamata. Quello è stato pesante emotivamente, altrimenti il lavoro...sì ti facevi il culo 8 ore, ma poi uscivi. Mangiavi dopo, bevevi dopo, andavi in bagno dopo, dopo 8 ore, avevi fame, sete, ma avevi paura di toglierla la mascherina, le mani te le guardavi “Oddio cosa ci sarà su queste mani”. Quindi non mangiavi, non bevevi per paura di toccare i meno possibile, poi dopo alla fine l’ho preso lo stesso e vaff..... è stato un mese in cui stavo in ansia per me, per quello che potevo portare a casa, poi è successo lo stesso e quindi ho detto “vaff.....”.

Quindi adesso è stato liberatorio, rispetto a come ho vissuto a marzo e aprile per me tornare a lavoro è stato liberatorio è stato un modo per continuare a vivere e dici “Ok andiamo avanti”. Perché non è stato facile stare a casa. A me stare in panchina non piace. Io stavo bene, a parte questa tosse di 9 giorni, ma io lavoravo quando stavo con la tosse, ma stavo tranquillo perché venivo da un tampone negativo, l’avevo fatto 12 ore prima. “Adesso questa tosse passa”. Quindi io paradossalmente sono stato male mentre lavoravo. Io diciamo dal tampone positivo, i 15 giorni che sono stato a casa prima del tampone prima di rientrare, io quei 15 giorni ero completamente asintomatico. Dopo è stata una discesa, un migliorare di cose, di certezze, fisicamente, mentalmente, dopo è stato tutto un po’ in discesa. L’estate è stata tranquilla. Poi dopo per quanto se ne dica distanziamento, mascherina, questa estate hanno fatto tutti come volevano. Io a parte lavoro e casa, ho ripensato “Va bè, se non c’era il coronavirus cosa avrei fatto?” Avrei fatto le stesse identiche cose, magari in maniera diversa, magari sarei andato a cena una volta di più, poi la vacanza, invece che a Marina di Montemarçiano, sarei andato in Romagna, però ecco, alla fine non mi è cambiato più di tanto. Adesso l’idea che può ritornare questa cosa, un pochino ogni tanto ci penso, però prima è stato un tir contro mano a fari spenti in galleria, che lo hai preso in faccia, adesso bene o mala, con la mascherina, le norme, i tamponi, quindi bene o male anche se riesplode, immagino, spero che non sarà come marzo. Tiriamo avanti e speriamo di uscire presto da questo incubo per ritornare alla vita di prima. Non tanto la mia, più che altro per i bambini. Adesso hanno iniziato la scuola e fortunatamente ancora la loro scuola non è stata colpita da casi positivi, fanno una vita tra virgolette normale.

Mia moglie aveva perso il lavoro, quest'estate si è adattata, adesso è ancora in cerca. Diciamo che a me è cambiato poco dal punto di vista lavorativo e di vita. Mia moglie è stata quella più colpita perché ha perso il lavoro, però diciamo che rispetto ad altre situazioni familiari, non ci possiamo lamentare, dai tutto bene, guardo il bicchiere sempre mezzo pieno, si va avanti.”

ID 10

Cosa hai provato quando ti hanno comunicato l'esito del tampone?

“Questa domanda quasi me l'aspettavo, diciamo che, erano scoppiati i positivi in reparto. Il primo tampone diciamo che era tutto negativo, però dopo sono usciti i sintomi e appena sono comparsi i sintomi, la febbre, fatto subito il tampone e quindi è risultato positivo. Quindi è stato il primo impatto, sapere di avere positivi in reparto, sapevi di aver avuto contatti, quindi tra virgolette, ecco, me lo aspettavo.

La mia positività me l'aspettavo tra virgolette perché avevo avuto già i sintomi, ogni comparsa di sintomi già pensavo subito...anche perché avevo avuto stanchezza, sintomi diversi, dalla solita influenza, dolori diffusi. È ovvio, che un attimino non l'ho presa bene, anche perché ho una bimba, mi sono sentita anche in colpa nei confronti di mia figlia.”

Quali sono state le emozioni prevalenti durante la quarantena?

“La quarantena, sì, cercavo anche io un attimino di mettermi tranquilla anche io psicologicamente, la mia preoccupazione principale era per mia figlia, infatti chiedevo anche ai medici se potevo contagiare mia figlia e se poteva stare male. Questo in un primo momento, dopo, in un secondo momento sono stata anche abbastanza male. C'è stato un episodio...ho cercato anche di mantenere l'isolamento, però sai, in un appartamento di 80 m2, con un solo bagno è difficile. Ho iniziato a dormire in camera di mia figlia e lasciarla in camera di mio marito, solo che non ce l'ho fatta ad allontanarla del tutto perché sai, sei la mamma di una bimba e cerca sempre di stare con la mamma. Niente, una sera mentre dormivo ho avuto una crisi respiratoria, non riuscivo a respirare bene, lì per lì un attimino ho preso un po' di cortisone e sono stata bene, mi sono un po' allarmata, ma la situazione era sotto controllo. L'indomani, sono andata proprio al pronto soccorso, perché il mio medico di famiglia mi ha detto “ti devono fare proprio dei controlli, la lastra”. È stato brutto, il primo impatto sai, salire sull'ambulanza che ti viene a prendere a casa, mi sono sentita in un contesto...dall'altra parte. È stata dura, durissima proprio psicologicamente e avevo anche paura dell'ospedalizzazione, magari di non tornare a casa, cioè sai anche tutte queste notizie. Non sapere gli effetti che poteva dare il Covid, ci sono persone asintomatiche, persone che venivano anche ricoverate in rianimazione, quindi era tutto un punto interrogativo. Al pronto soccorso mi sono trovata benissimo, i colleghi sono stati carinissimi, mi hanno tranquillizzato. Tutti i controlli per fortuna sono andati bene. C'erano solo dei sintomi a livello nevralgico e ho iniziato la terapia con il Plaquenil e l'antibiotico e da lì poi sono ritornata a casa e sono stata bene con la terapia. Dopo finita la terapia sono ricomparsi in una forma lieve, avevo anche molta stanchezza fisica, sai a casa pian piano cercavo di reagire, perché sono anche una persona molto attiva, anche dentro casa. Quindi ho cercato sempre di reagire e di non farla pesare anche a casa e di evitare di accendere

anche la tv con tutte queste notizie covid, proprio per non farla soprattutto a mia figlia che già aveva percepito sai il distacco della scuola, non poter uscire, un po' tutto. Quindi ho cercato di minimizzare un po' tutto a casa. Dopo ho rifatto il tampone e alla quarta settimana sono risultati negativi, però in questa fase sono riapparsi di nuovo i sintomi. I miei sintomi erano sempre queste fitte nevralgiche che mi davano un senso di dolore e dispnea. Per sicurezza sono tornata al pronto soccorso per la seconda volta, da lì ho ripetuto i tamponi e dal tampone sono risultata un'altra volta positiva, passata questa fase, andava migliorando, pian pianino e finalmente dopo quasi...più di 40 giorni, sono ritornata negativa. È andata così, i sintomi li ho avuti fino a luglio e anche fin quando son ritornata a lavoro.”

Come hai vissuto il primo giorno di rientro a lavoro?

“Infatti il ritorno a lavoro non è stato del tutto armonioso perché continuavo a stare poco bene, infatti ho continuato ad avere contatti con i medici di malattie infettive, che sono stati carinissimi a farmi i controlli e pian pianino son scomparsi. È andata bene per fortuna, però sai, a livello psicologico ti lascia un attimino un po' di amaro ecco.

Guarda con i colleghi siamo...in questo periodo siamo molto uniti perché ci siamo sentiti sempre, preoccupati l'uno dell'altro, dello stato di salute. Abbiamo condiviso tutto, anche quando siamo stati male, non solo io sono stata al pronto soccorso. Con i colleghi diciamo abbiamo fatto questo percorso in parallelo, ci siamo sentiti uniti. Abbiamo cercato di condividere tutte le sensazioni.

L'impatto brutto è stato che ci siamo trovati il reparto completamente vuoto dai parenti.

Il rientro a lavoro è stato un po' duro, dire ai familiari “non è che non vi vogliamo far entrare perché vogliamo tenerli da soli i pazienti”. Anche per il bene loro, portare le mascherine.

Questa è stata la parte più dura a lavoro. Perché tanto il lavoro lo scegli con amore, però è quella la parte dura, combattere con le persone che a volte non capiscono, insistono, a volte anche con un po' di maleducazione. Cercare di far rispettare le regole che purtroppo dobbiamo far rispettare per il bene di tutti. Infatti a volte faccio il confronto “se vai a fare spesa la mascherina è obbligatoria, così per entrare in ospedale che a maggior ragione è un luogo un attimino. La palla è un po' quella, far capire alle persone di rispettare queste piccole regole.

Noi ce la mettiamo tutta ogni giorno, oltre all'assistenza che facciamo comunque da sempre”

ALLEGATO n. 3

“Il vissuto degli infermieri contagiati dal Covid-19: studio qualitativo fenomenologico”

SCHEDA ANAGRAFICO-SOCIALE

DATA _____

UNITA' OPERATIVA IN CUI PRESTA SERVIZIO: _____

ETA': _____

SESSO: M F

FORMAZIONE PROFESSIONALE:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Diploma di Infermiere Scuola Regionale | <input type="checkbox"/> Diploma di Laurea Magistrale in Scienze Infermieristiche ed Ostetriche |
| <input type="checkbox"/> Diploma Universitario | <input type="checkbox"/> Master |
| <input type="checkbox"/> Laurea Triennale in Infermieristica | <input type="checkbox"/> Altro _____ |

ANNI DI ESPERIENZA LAVORATIVA COME INFERMIERE: _____

ANNI DI ESPERIENZA LAVORATIVA NELL'ATTUALE UNITA' OPERATIVA: _____

RECAPITI:

Telefono: _____

Email: _____

ALLEGATO n. 4

SCHEDA INFORMATIVA

Gentile Professionista Sanitario,

Le proponiamo di partecipare ad uno studio qualitativo fenomenologico il cui scopo è esplorare il vissuto degli infermieri contagiati dal Covid-19.

Attraverso questo approccio metodologico i ricercatori scelgono di mettere da parte le proprie idee e i preconcetti sul fenomeno in studio, assumendo un punto di vista partecipativo, con mente aperta. Con questo metodo si adoperano a farsi partecipi di ciò che provano i soggetti coinvolti, per catturare i significati delle esperienze.

L'indagine è rivolta agli infermieri dell'AOU Ospedali Riunti di Ancona.

Per ogni partecipante si prevede di condurre un'intervista audio-registrata semi-strutturata di tipo narrativo, attraverso quesiti orientativi. Questo per favorire piena libertà di espressione.

Verrà chiesto di descrivere la propria esperienza da operatore sanitario contagiato da Covid-19.

Le domande guida poste saranno:

- **“Cosa ha provato quando le è stato comunicato l'esito del tampone?”**
- **“Quali sono state le emozioni prevalenti nel periodo di quarantena?”**
- **“Come ha vissuto il primo giorno di rientro a lavoro?”**

Qualora si presenti la necessità di approfondire o chiarire qualche aspetto dell'intervista, potrebbe essere necessario un successivo momento tra partecipante e ricercatore.

Le registrazioni delle interviste verranno trascritte *verbatim* e i dati verranno analizzati utilizzando il metodo Colaizzi (1978) al fine di evidenziare e descrivere i significati contenuti nelle esperienze e la struttura essenziale del fenomeno.

La Sua adesione a questo studio è completamente libera e volontaria, e Lei si potrà ritirare in qualsiasi momento, anche senza preavviso o motivazione. Non sono previsti costi di alcun tipo per Lei, né compensi. Se decidesse di partecipare, Le verrà chiesto di firmare un documento allegato di richiesta di Consenso Informato.

Ai sensi della normativa vigente sulla tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali, la gestione dei dati che La riguardano, sarà improntato ai principi di correttezza e trasparenza, tutelando la Sua riservatezza ed i Suoi diritti. Ai Suoi dati personali verrà attribuito un numero identificativo, dopodiché gli stessi

verranno archiviati ed elaborati elettronicamente e utilizzati esclusivamente per scopi di ricerca scientifica. I responsabili della detenzione di tali dati sono la Dott.ssa Lucia Dignani, e la ricercatrice Valeria Barbizzi. I risultati dello studio a cui partecipa potranno essere oggetto di pubblicazione scientifica, ma la sua identità rimarrà sempre segreta.

Se Lei lo richiederà, alla fine dello studio, potranno esserLe comunicati i risultati della ricerca.

Per qualunque domanda relativa a questo studio, potrà rivolgersi alla Dott.ssa Lucia Dignani, responsabile dello studio, o alla Ricercatrice Valeria Barbizzi.

Lucia Dignani

Azienda Ospedaliero-Universitaria “Ospedali Riuniti” di Ancona
Dipartimento di Emergenza
Via Conca 71 – 60020 Ancona
Tel. 071/5964647
E-mail: lucia.dignani@ospedaliriuniti.marche.it

Valeria Barbizzi Azienda Ospedaliero-Universitaria “Ospedali Riuniti” di Ancona
SOD Clinica di Anestesia e Rianimazione Generale, Respiratoria e del Trauma
Maggiore –
Dipartimento di Emergenza
Via Conca 71 – 60020 Ancona
Tel. 071/5964642
E-mail: valeria.barbizzi@ospedaliriuniti.marche.it

ALLEGATO n.5

Lucia Dignani
CPSI - Coordinatore Dipartimento di Emergenza - AOU "Ospedali Riuniti"- Ancona
PhD in Scienze Infermieristiche
Docente a contratto presso Università Politecnica delle Marche

AOU "Ospedali Riuniti" Ancona
Al Direttore FF di Direzione Medica Ospedaliera
Dott. L. Incichitti

Al Dirigente Area Professioni Sanitarie
Dott.ssa R. Mercanti

Oggetto: "Il vissuto degli infermieri contagiati dal Covid-19: studio qualitativo fenomenologico"

In merito all'oggetto, sono a chiedere la Vs autorizzazione a condurre delle interviste non strutturate agli operatori sanitari dell'AOU Ospedali Riuniti di Ancona.

Lo scopo è quello di esplorare il vissuto dei professionisti sanitari contagiati da malattia da Covid-19.

I temi emersi dalle interviste saranno utili per comprendere l'esperienza degli operatori sanitari contagiati, rilevarne l'impatto e gli effetti personali, sociali, familiari e lavorativi.

Le informazioni ottenute con le interviste saranno estremamente confidenziali e trattate dai ricercatori per fini esclusivamente interni alla ricerca. I risultati dello studio potranno essere oggetto di pubblicazione scientifica garantendo l'anonimato dei partecipanti, nel rispetto della normativa vigente sulla privacy. I dati saranno presentati in forma aggregata.

La raccolta dati è prevista per il mese di giugno e luglio 2020.

Al termine dell'indagine sarà fornito all'Area Professioni sanitarie un report con i principali risultati.

Successivamente alla Vs autorizzazione, sarà mia cura prendere accordi specifici con i Coordinatori delle Unità Operative.

Si allega copia del protocollo di ricerca dello studio.


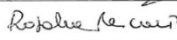
Ringraziando anticipatamente per la Vs attenzione, porgo i più cordiali saluti.

Ancona, 11/06/2020

In fede

Dott.ssa Lucia Dignani



Data 26/6/20	Approvazione	Dott. L. Incichitti	 DIREZIONE MEDICA OSPEDALIERA Dott. Roberto Pepe
Data 15.06.2020	Approvazione	Dott.ssa R. Mercanti	

ALLEGATO n. 6

Tematiche emerse dall'analisi delle interviste

GESTIONE DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE	Scelta	<p>ID 01 “Sono stato in sala emergenza, lì non si usava la FFP2 o la FFP3, utilizzavamo le mascherine chirurgiche e avevo in sala un paziente che aveva fatto un incidente con un trattore agricolo e aveva la febbre a 38,5°C, era un trauma, però gli era uscita anche questa febbre. Io sono stato lì con lui, aveva fatto il tampone. Siccome aveva la febbre, io e la mia collega, perché siamo sempre in due, infermiere di sala emergenza e di sala 6, ci mettemmo la mascherina FFP2, di nostra iniziativa.”</p> <p>ID 01 “pensi: “ho sbagliato mascherina, magari sono andato con la chirurgica, se mettevo l’FFP3 non mi succedeva” però vai a sapere”</p>
	Restrizione/ Carenza	<p>ID 01 “C’era un po’ di restrizione sull’utilizzo dei DPI, soprattutto sulle mascherine, l’utilizzo delle FFP2, poi le FFP3</p> <p>ID 01 “non dovevi utilizzare troppo le FFP3, non dovevi utilizzare troppo le FFP2, maggiormente, a contatto con i pazienti avevamo quasi sempre la mascherina chirurgica, soprattutto al triage”</p> <p>ID 08 “all’inizio non ci hanno tutelato abbastanza, probabilmente... però i presidi a noi che eravamo nei reparti normali tra virgolette non è che ce ne hanno dati tanti, quindi stavamo un po’ allo sbaraglio, ecco.”</p>
POSITIVITÀ AL TAMPONE	Sorpresa	ID 02 “Sorpresa, sicuramente sorpresa, perché comunque sia, si avevo dei sintomi molto blandi, che però mi avevano insospettito, perché erano dei sintomi nuovi a cui non potevo dare una grande spiegazione.”
	Disorientamento	<p>ID 03 “All’inizio niente, stavo un po’ così, guardavo il soffitto, dico “Boh! Adesso che succede?”. Poi è iniziata la trafila di telefonate il giorno dopo. Ho vissuto praticamente quei momenti, quelle ore un po’ così. Oddio, non mi rendevo conto di cosa veramente avessi, poi non avendo sintomi, non avevo nulla, stavo bene.....ero disorientata, quello sicuramente ecco..”</p> <p>ID 06 “Lì per lì, non realizzavo. “Ma è uno scherzo vero? Stai scherzando?” “No no, son serio”. Lì per lì, cioè, non realizzavo proprio.”</p>
	Paura	<p>ID 01 “La prima cosa che ho provato, sicuramente è stata....siccome era all’inizio, cioè si sentiva parlare di tutti quei morti, è stata una paura incredibile”</p> <p>ID 02 “Paura sì (sì e no) , nel senso che comunque stavo bene, sapevo si colleghi, soprattutto una ragazza che riferiva difficoltà respiratoria e quindi io ho pensato: “Oddio, adesso anch’io avrò difficoltà a respirare?””</p> <p>ID 06 “il pensiero è stato...è andato subito a casa perché comunque i due giorni prima ero stata anche a casa, quindi tutti i miei cari e avendo anche un po’ una situazione un po’ particolare a casa, temevo.”</p> <p>ID 07 “avevo paura che le avessi contagiate (compagna e figlia)”</p> <p>ID 08 “Paura sicuramente”</p> <p>ID 09 “Un tonfo al cuore...Mi è crollato il mondo addosso, perché davanti agli occhi mi è passato tutto quello che ho visto in quel mese e quindi l’ho riportato su di me, su mia moglie, sui bambini.”</p>
	Negazione	ID 06 “Allora, all’inizio c’era una negazione del..... avevo anche quasi un po’ di vergogna nell’ammettere la positività.”

	Ottimismo	ID 02 “Però, ecco, il fatto che mi sentivo bene, mi rincuorava. Diciamo che io di mio, sono abbastanza ottimista e quindi ecco, non l’ho vista tragica. Ho pensato che sicuramente nel giro di poche settimane sarei stata fuori... Quindi ho pensato “va bè dai 10 giorni starò a casa”
VIVERE L’ISOLAMENTO	Noia	ID 01 “non sapevo cosa fare” ID 02 “Emozioni, oddio, eeeeeh, non saprei, ecco, molta noia” ID 08 “noia, noia sicuro... perché tanto stavo dentro quella stanza da sola”
	Speranza	ID 02 “molta speranza di uscire il prima possibile”
	Difficoltà	ID 01 “stare in casa dalla mattina alla sera è tosta” ID 01 “poi quando stavi da solo e non c’era nessuno era più dura” ID 03 “ Periodo di quarantena bruttissimo” ID 05 “Perché poi ad un certo punto la testa ti parte e dici: “ma come faccio io a stare altri giorni così”, ma non perché non stai bene, però ti manca anche il fatto di andare a lavorare, anche il fatto di uscire semplicemente a poter fare la spesa, cosa che fino al giorno prima avevo fatto.” ID 07 “Sono stato malissimo. I primi giorno sono stati difficilissimi, ero preoccupato, mi mancava lei (la bambina) e vedevo che mi cercava” ID 10 “È stata dura, durissima proprio psicologicamente”
	Paura	ID 02 “paura a tratti, ma l’ho scacciata molto velocemente, come compariva la scacciavo, anche perché diciamo che, a parte i primi sintomi, che poi sono eeeeh, diciamo che in queste prime due settimane i sintomi andavano e venivano, ogni volta avevo un sintomo nuovo” ID 03 “Guardavi la tv e vedevi la tragedia insomma, perché c’erano giovani che stavano praticamente con l’ossigeno nei reparti. Io avevo paura che succedesse anche a me Nel periodo di quarantena paura, paura l’ho avuta, quello sicuramente.” ID 04 “ Una notte ho avuto veramente paura perché i dolori erano fortissimi, chiamai mio marito, anche perché noi siamo soli qui.... Quella notte piangevo dai dolori, tanto è vero che mi voleva portare in Pronto Soccorso, anche se io non...avevo tanta paura, avevo paura di non ritornare più a casa, di non rivedere più mio figlio, mio marito.....Ma quello che mi faceva paura, sentendo sempre la televisione, di tutta questa gente, colleghi, gente....di morire, la paura mia era quella. Però sapevo che non poteva essere perché c’era gente he stava peggio di me” ID 06 “ “ma è reversibile o no questa sintomatologia?” La paura quindi del non riacquisire completamente il gusto e l’olfatto, quanto durasse, perché anche questa non era una cosa certa e varia da persona a persona. Cioè, un insieme di cose, che comunque mi facevano preoccupare, ecco.” ID 09 “Inizialmente sì, paura, paura perché l’ho vissuto, nel senso che ho visto, ho respirato, ho visto cos’era questo virus, quindi la paura di vivere quello che ho visto”
	Ansia	ID 03 “ le emozioni prevalenti stato d’ansia” ID 05 “essendo una malattia nuova, una malattia sconosciuta, dici: “magari mi sveglio domani e non so come sto oggi”, quindi ci vivi con l’ansia.”
	Angoscia/ Nervosismo	ID 01 “poi all’improvviso sprofondavi nell’angoscia più totale” ID 02 “Quindi, mi ricordo che per 4-5 giorni ad esempio avevo molto male alle gambe e quindi non riuscivo a riposare di notte, anche un po’ di nervosismo sicuramente tra le emozioni che ho provato c’è stato”

	<p>Riflessione</p>	<p>ID 04 “mi sono resa conto in quel periodo che la cosa più importante nella vita è la salute. A volte ci rendiamo conto che tutto quello che c’è fuori è importante, ma la salute viene al primo posto. Ti accontenti anche di piccole cose, non c’è bisogno, magari di uscire, comprare cose costose, non serve, non serve veramente. Io ho tanto riflettuto durante questo periodo e ti rendi conto che per essere felice basta poco, non serve tutto questo. Certo, la famiglia, gli amici, però se non hai la salute, non hai niente”</p> <p>ID 05 “È stata una cosa bella tosta, però è stata anche molto...dal punto di vista umano, mi ha fatto capire tante cose, di quanto siamo piccoli, di quanto di fronte a certe cose siamo tutti uguali, di quanto... anche nel rapporto col paziente, di quanto stare dall’altra parte è difficile.”</p> <p>ID 06 “Quindi diciamo che nel male ho comunque anche capito magari su chi poter fare affidamento, magari è qui comunque che vedi le persone che ti sono vicine.”</p>
	<p>Tranquillità/Buon umore</p>	<p>ID 01 “Ti svegliavi delle mattine che eri felice, felice tra virgolette, stavi bene di umore”</p> <p>ID 02 “Allora, diciamo che dopo le prime due settimane, le altre settimane mi sono...veramente scorrevano alla velocità della luce. Riferivo alle mie amiche, anche, quando mi chiamavano che proprio mi volavano i giorni. Mi svegliavo anche con calma perché ovviamente non avevo niente da fare, mi mettevo in cucina ed era già quasi ora di cena. Mi sentivo che mi volavano le giornate e nemmeno me ne rendevo conto”</p>
	<p>Preoccupazione</p>	<p>ID 03 “La preoccupazione, ma non tanto per me, sai, magari a casa, quando hai un genitore e via discorrendo. Perché poi pensi “Oddio, eh, se mi succede qualcosa?” Sai, è più l’esterno a cui vai a pensare”</p> <p>ID 04 “Poi, dopo una settimana che ce l’ho avuto io, anche mio marito cominciava ad avere i sintomi, però lui lievi, mal di testa, una febbre 37,1, anche noi non pensavamo che lui fosse positivo, anche perché doveva tornare a lavoro e invece prima di tornare a lavoro, ha fatto il tampone ed era positivo anche lui, anche se inizialmente era negativo. E quindi ancora più difficile, perché la paura era trasmetterla al bambino, visto che noi non avevamo nessuno, lui è stato sempre con noi. È stato abbastanza bravo, devo dire che in quel periodo è stato abbastanza bravo, perché aveva capito la situazione”</p> <p>ID 07 “Mi è crollato il mondo perché ero preoccupato per la mia compagna e per la bambina”</p>
	<p>Suddivisione degli spazi domestici</p>	<p>ID 01 “abbiamo diviso gli spazi della casa, dormivamo separati, cercavamo di mangiare a distanza utilizzando sempre le posate di plastica, i piatti di plastica...ogni volta che uno andava in bagno disinfettava con la candeggina.”</p> <p>ID 04 “ Mio marito doveva stare con mio figlio, io dovevo stare isolata, perché comunque, non potevo stare a contatto con loro”</p> <p>ID 05 “abbiamo iniziato a...l’isolamento da tutto, dalla stanza ai pasti, mascherine, mascherine anche di notte quando dormivo, è stata, è stata bella tosta.”</p> <p>ID 01 “siamo stati attenti...nel nostro piccolo abbiamo cercato di stare più attenti possibile, ogni volta”</p> <p>ID 05 “non poter abbracciare una persona, tua sorella, tua mamma, chiunque.”</p> <p>ID 07 “Ci siamo armati in questa cameretta che usiamo praticamente come deposito, l’abbiamo allestita, abbiamo portato tutte le cose fuori che stavano dentro e mi sono chiuso dentro questa cameretta...che sarà stata 2m x3m”</p> <p>ID 08 “Ho due bambini più mio marito e per non infettarli sono rimasta io chiusa dentro ad una stanza”</p>

		<p>ID 10 “ho cercato anche di mantenere l’isolamento, però sai, in un appartamento di 80 m2, con un solo bagno è difficile. Ho iniziato a dormire in camera di mia figlia e lasciarla in camera con mio marito”</p>
RELAZIONI	Solidarietà dei colleghi	<p>ID 01 “La prima cosa contattai i colleghi nel gruppo whatsapp che abbiamo del pronto soccorso..... Siccome faceva pomeriggio una delle mie amiche più strette, era al triage e mi disse “appena esce il tampone, lo tengo sotto controllo, ti chiamo””</p> <p>ID 01 “l’unico rapporto che avevo era con i miei amici, colleghi, avevamo un gruppo whatsapp, tra l’altro sono tutte donne, perché la maggior parte sono tutte donne, però con loro c’è una bella amicizia, con loro praticamente ci sentivamo sempre, dalla mattina alla sera quasi sempre e ci videochiamavamo un giorno sì e uno no”</p> <p>ID 01 “soprattutto quando ti sentivi con i colleghi, ti facevi le videochiamate, scherzavi, il tempo ti passava”</p> <p>ID 01 “I colleghi sono stati sempre molto vicini, tutti quelli del PS, scrivevano sempre, molti chiamavano, soprattutto quando sapevano che avevi il tampone di controllo. Ti dicevano “come va?” e tu puntualmente gli dicevi “niente, sono ancora positivo”, però loro cercavano sempre di farti sentire importante, dicevano: “torna presto, ci manchi”, fecero pure un video, non so se lo hai visto, un video di 3 min, fu molto emozionante vederlo”</p> <p>ID 01 “L’ultimo giorno scrissi “finalmente ho due tamponi negativi”, fu molto bello, perché la maggior parte dei colleghi mi telefonò, furono molto carini.”</p> <p>ID 01 “la prima collega che lo ha preso che era completamente da sola a casa, allora i colleghi sono stati molto carini perché a turno alcuni di loro andavano a fare la spesa e gliela lasciavano davanti alla porta. Alla fine sono stati tutti molto carini, anche i medici. Pure il mio turno di lavoro, si facevano sentire spessissimo, a giorni alterni mi contattavano sempre, qualche volta mi facevano una videochiamata. Se devo ricordare qualcosa di questo periodo ricordo la solidarietà dei colleghi, la loro vicinanza”</p> <p>ID 03 “Poi ogni tanto i colleghi hanno iniziato a chiamare, carini, almeno un attimo mi passava, qualche risata la facevamo. “Dai questo Covid” e mi ha aiutato molto eh, questi colleghi che magari 1-2 volte al giorno mi chiamavano, mi mandavano i messaggini. E quello devo dire che fa, altrimenti quando stai solo in un appartamento, c’era solo il traffico davanti, questa cosa di aspettare i sintomi, se c’erano, se arrivavano o no, più forti intendo di quelli che avevo. Almeno mi facevano compagnia, quello sicuramente”</p> <p>ID 05 “Dall’altra parte la fortuna, tra virgolette sfortuna è stata quella che tre dei miei colleghi, con cui siamo anche poi molto amici, ce lo siamo beccati nello stesso periodo e di conseguenza tramite chat ci siamo tenuti compagnia, ognuno faceva....cioè, quando uno cadeva, perché i giorni di depressione, si alternavano a giorni in cui stavi un po’ più su di morale e uno faceva da sponda all’altro.”</p> <p>ID 05 “Poi la cosa più brutta è stata, bellissima, la generosità di tutti i colleghi che si sono resi disponibili ovviamente per portarti la spesa , per portarti qualsiasi cosa ti servisse, ti chiamavano per sapere semplicemente come stavi, perché anche quello diventa importante in quei momenti.”</p> <p>ID 06 “Sono stati disponibilissimi i colleghi che si sono offerti per la spesa, per qualsiasi cosa, molto carini.... anche per le varie necessità, dovevo stare sempre magari....fortuna appunto i colleghi che magari....c’era qualcuno che vive vicino casa mia, quindi per qualsiasi cosa erano disponibili ecco.”</p>

		<p>ID 07 “c’è stato un sentirsi vicino con tutti quelli che stavano all’interno del lavoro”</p> <p>ID 10 “Con i colleghi diciamo abbiamo fatto questo percorso in parallelo, ci siamo sentiti uniti. Abbiamo cercato di condividere tutte le sensazioni”</p>
	Conforto e aiuto della famiglia	<p>ID 01 “La mia ragazza mi è stata molto vicino..... Lei mi è stata tanto vicino, tutte le scociature se le doveva subire lei, tutte le mie paranoie.”</p> <p>ID 01 “mia mamma...nonostante ci fossero le restrizioni voleva venire qua. Voleva venire su, e dissi: “ma dove vieni su? Con tutto questo casino ti metti a venire qua e rischi di prendertelo pure te?” però sai come è? Le mamme, allora l’ho dovuta convincere che stavo bene e che non serviva che venisse su.”</p> <p>ID 02 “Le prime settimane con me c’è stato anche il mio fidanzato perché hanno messo in quarantena anche lui, e quindi ci siamo fatti questa vacanza in casa, chiusi in casa, segregati”</p> <p>ID 04 “mi faceva tutto mio marito.”</p> <p>ID 04 “Vorrei aggiungere una frase che per me è importante, durante la quarantena mio figlio mi ha detto : “mamma finora ti sei presa tu cura degli altri, adesso io mi prendo cura di te” e detto da un bambino di 5 anni ti stringe veramente il cuore ”</p> <p>ID 05 “Ho avvisato i miei e loro, nonostante tutto volevano venir su perché pensavano che stessi male”</p> <p>ID 05 “Poi ho avuto la fortuna tra virgolette, sfortuna, che in quei giorni era venuta quassù mia sorella, che saremmo dovute scendere in ferie.... Mia sorella perché stava qui vicina a me, ma mia mamma, per farle capire che io stessi bene lei mi faceva solo le video-chiamate , perché magari pensava che le dicessi una bugia”</p> <p>ID 06 “ho sentito sì la vicinanza delle persone a me care, però tramite una video-chiamata non è mai a stessa cosa rispetto a vedere una persona fisicamente, quali familiari, ragazzo. ”</p>
TORNARE A LAVORO	Emozione/ felicità	<p>ID 01 “Quando tornai a lavoro, pure fu molto emozionante, perché i colleghi del turno di notte mi aspettavano nel corridoio e mi applaudirono tutti quanti, furono molto carini.”</p> <p>ID 02 “è andata bene. Adesso non ricordo bene le vicende del mio primo giorni di lavoro, ma mi ricordo che comunque è stato molto piacevole. Quindi sì, contenta, contenta di essere tornata a lavoro.”</p> <p>ID 05 “Quando son rientrata, sono rientrata dopo un mese, è stato bello perché c’era tutto il mio turno, mi hanno accolto con un cartellone quando son tornata, nonostante tutto, quasi tutti con un abbraccio, nonostante la paura di questa “bestia””</p> <p>ID 06 “Allora, il rientro a lavoro è stato la cosa penso più emozionante che ho vissuto, perché non mi era mai capitato innanzitutto di stare ferma un periodo così lungo”</p> <p>ID 06 “Poi al rientro è stato tanto d’impatto rivedere i colleghi, cioè, tutti comunque che mi hanno accolto benissimo “Bentornata” “ Come stai?”, mi hanno fatto sentire un sacco protetta, tutti molto....carinissimi.....Quindi è stato molto emozionante e poi diciamo che piano piano, dopo giorni, mi sono riambientata”</p> <p>ID 07 “Il primo giorno di rientro a lavoro è stata una festa...è stato bello. Sono stato contento, nonostante il periodo era quello che era, ma dopo un mese di assenza, un mese di frustrazioni, sono tornato a lavoro e sono stato contento”</p>
	Paura	<p>ID 01 “Da fuori no, ero convinto di entrare, poi quando sono entrato nella sala della vestizione, avevo quasi paura di vestirmi e di ricominciare da capo.”</p> <p>ID 02 “Emozioni tante, ecco in parte, ecco, impaurita”</p> <p>ID 03 “Però avevo paura perché stavo praticamente giù</p>

		<p>fisicamente. Sono rientrata a lavoro, ma più che altro avevo paura di non riuscire....che poi era area Covid e quindi andavo direttamente....avevo paura se riuscivo.....</p> <p>Avevo paura, no paura, nel senso, mi sentivo debole e non so se a livello psicologico riuscivo...come avrei affrontato la cosa. Come ti ripeto, era un reparto Covid, quindi tutta la vestizione, tutto il procedimento....la paura magari, sai, all'inizio si sapeva di meno se avevi gli anticorpi, se ti proteggevano o no, quindi avevo paura di prendermela.”</p> <p>ID 04 “Boh, mi sentivo....avevo paura, avevo paura, però sapevo anche che ormai la cosa....sono ritornata a lavoro dopo un mese e mezzo, dopo un mese e mezzo, prima mio marito e poi io. Eh insomma, avevo paura e non avevo paura, adesso sto più tranquilla, però, la cosa...se ritorna questo virus, insomma, mi mette paura, perché, si ce li ho gli anticorpi, ma quanto dura? Non lo sappiamo questo, non lo sappiamo e quindi...”</p> <p>ID 06 “comunque la paura c'è, perché non è detto che se uno....allora io all'inizio non sapevo neanche di aver sviluppato gli anticorpi e la paura è sempre dietro l'angolo. Non è che uno perché ha contratto già il virus va senza i dispositivi di protezione in area covid”</p> <p>ID 08 “Avevo paura, anche se ero immune in teoria”</p>
	Ansia	<p>ID 05 “È stato particolare quando sono tornata a fare un turno in area covid, perché quando ho messo la mascherina e il casco ho avuto un attimo di...chiamiamolo attacco di panico tra virgolette, uno stato d'ansia abbastanza generalizzato. È durato pochissimo, però sapere che dovevo tornare lì dentro, dove probabilmente avevo beccato questo....il coronavirus, quindi mi ha creato un attimo uno stato d'ansia, ovviamente con i colleghi un attimo respiri, poi dopo lo fai.”</p>
	Rifiuto	<p>ID 01 “Il primo giorno non sono stato in Covid, sono stato ai box, però quando ci dovevo tornare, la prima volta è stata una sensazione fortissima perché quasi avevo il rifiuto. Poi mi sono fatto coraggio ed è andata. E' stata la prima volta, poi già la seconda non è stata così. La prima volta è stato molto traumatico, soprattutto durante la vestizione, è stata molto dura diciamo.”</p>
	Impazienza	<p>ID 02 “l'ho vissuta bene perché non vedevo l'ora, non vedevo l'ora di ritornare alla vita, alla vita, alla società, perché comunque sia i colleghi in quel momento soprattutto erano i primi visi che potevi vedere, prima dei parenti, prima degli amici e tutto, quindi ecco in parte non vedevo l'ora per provare l'emozione di tornare a parlare con qualcuno che non sia il mio fidanzato dal vivo, dal vivo.”</p> <p>ID 08 “Il primo giorno di rientro a lavoro, va bè, non vedevo l'ora”</p> <p>ID 09 “tornare a lavoro è stato liberatorio è stato un modo per continuare a vivere e dici “Ok andiamo avanti”. Perché non è stato facile stare a casa. A me stare in panchina non piace.”</p>