

～新型コロナウイルス感染症について～

2020.5.25発行

世界的に猛威をふるう新型コロナウイルスは、誰もが他人事でいられない状況です。感染を拡大させないように一人ひとりが対策・予防することが大切です！



★新型コロナウイルスの特徴★

【初期症状】・発熱や咳など風邪のような症状 ・嗅覚・味覚障害 【重症化】肺炎を発症します

※ただし、感染した人全員に症状がみられるとは限らず、無症状で経過する例もあります。軽症の段階でも重症化した段階でも感染力があり、人にうつると考えられています。

ウイルスは、粘膜などの細胞に付着して入り込んで増えます。
健康な皮膚には入り込むことができず表面に付着し、時間がたてば壊れてしまいます。

※ただし、物の種類によっては24時間～72時間くらい感染する力をもつと言われています。



緊急性の高い症状のチェックリスト (厚生労働省が公表)

※は家族等が以下の項目を確認した場合

- | | | | |
|-------|---|-------|--|
| 表情・外見 | <input type="checkbox"/> 顔色が明らかに悪い ※
<input type="checkbox"/> 唇が紫色になっている
<input type="checkbox"/> いつもと違う、様子がおかしい ※ | 息苦しさ等 | <input type="checkbox"/> 息が荒くなった(呼吸数が多くなった)
<input type="checkbox"/> 急に息苦しくなった
<input type="checkbox"/> 生活をしていて少し動くと息苦しい
<input type="checkbox"/> 胸の痛みがある
<input type="checkbox"/> 横になれない。座らないと息が出来ない
<input type="checkbox"/> 肩で息をしている
<input type="checkbox"/> 突然(2時間以内を目安)ゼーゼーしはじめた |
| 意識障害 | <input type="checkbox"/> ぼんやりしている(反応が弱い) ※
<input type="checkbox"/> もうろうとしている(返事がない) ※
<input type="checkbox"/> 脈がとぶ、脈のリズムが乱れる感じがする | | |

※自宅で療養中でも容体が急変する可能性もあるため、原則1日2回確認し、該当する項目が1つでもあれば各都道府県等の連絡・相談窓口へすぐに連絡してください。

～感染症対策・予防のポイント～

- ❁ 外出や人混みを避ける。
- ❁ 咳エチケットは心がける。くしゃみ等の症状のある人は積極的にマスクをつける。
- ❁ 顔(特に眼、鼻、口)はできるだけ触れない。
- ❁ こまめにしっかり手洗い、手指消毒を行う。アルコール消毒(70%)などで感染力を失う。
- ❁ 部屋の空気の入れ替え。換気は、2時間に1回、5～10分程度が目安、一度の換気時間が長いよりも、換気回数を増やすほうが効率的。
- ❁ よく触れる箇所の清掃・消毒(ドアノブ・スイッチ・手すり・リモコン・電話・携帯電話など)
- ❁ 睡眠や食事をしっかりと体調を整える。



手洗い、咳エチケット等の基本的な予防が非常に重要です！

※健康についてのご相談は こちらまでご連絡ください。

フリーダイヤル ☎0120-106935