

新型コロナウイルスを防ぐには

新型コロナウイルス感染症とは

ウイルス性の風邪の一種です。発熱やのどの痛み、咳が長引くこと(1週間前後)が多く、強いだるさ(倦怠感)を訴える方が多いことが特徴です。

感染から発症までの潜伏期間は1日から12.5日(多くは5日から6日)といわれています。

新型コロナウイルスは飛沫感染と接触感染によりうつるといわれています

飛沫感染

感染者の飛沫(くしゃみ、咳、つばなど)と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。

接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

重症化すると肺炎となり、死亡例も確認されているので注意しましょう。特にご高齢の方や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性が考えられます

日常生活で気を付けること

まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

咳などの症状のある方は、咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性がありますので、咳エチケットを行ってください。

持病のある方、ご高齢の方は、できるだけ人混みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

相談・受診の前に心がけていただきたいこと

発熱等の風邪の症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。

発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。

基礎疾患(持病)をお持ちの方で症状に変化のある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、まずは、かかりつけ医等に電話でご相談ください。

帰国者・接触者相談センター等にご相談いただく目安

- 少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、すぐにご相談ください。
(これらに該当しない場合の相談も可能です。)

息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の**強い症状**のいずれかがある場合

重症化しやすい方(※)で、発熱や咳などの**比較的軽い風邪の症状**がある場合
(※)高齢者。糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等)等の基礎疾患がある方や、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

上記以外の方で発熱や咳など**比較的軽い風邪の症状**が続く場合

(症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。)

- 相談は、帰国者・接触者相談センター(地域により名称が異なることがあります。)の他、地域によっては、医師会や診療所等で相談を受け付けている場合もあるので、ご活用ください。

(妊婦の方へ)

妊婦の方については、念のため、重症化しやすい方と同様に、早めに帰国者・接触者相談センターにご相談ください。

(お子様をお持ちの方へ)

小児については、小児科医による診察が望ましく、帰国者・接触者相談センターやかかりつけ小児医療機関に電話などでご相談ください。

※なお、この目安は、国民の皆様が相談・受診する目安です。これまで通り、検査については医師が個別に判断します。

医療機関にかかるときのお願い

- 複数の医療機関を受診することにより感染を拡大した例がありますので、複数の医療機関を受診することはお控えください。
- 医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか、手洗いや咳エチケット(咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖・肘などの内側などを使って、口や鼻をおさえる)の徹底をお願いします。

埼玉県「帰国者・接触者相談センター」連絡先

曜日時間別	電話番号	担当部署
平日 8時30分～17時15分	048-737-2133	春日部保健所 感染症担当
※一般県民からのお問合せは、埼玉県新型コロナウイルス感染症県民サポートセンター(0570-783-770)が開設しています。(24時間対応)		

※平日夜間・土日祝で急を要する場合は、下記までお願いいたします

曜日時間別	電話番号	担当部署
平日夜間・土日祝	048-660-0222	埼玉県緊急情報センター