

新型コロナウイルス感染症と診断された方の療養について

北海道倶知安保健所

自宅療養中は、手持ちの薬を服用し、十分な水分をとって療養しましょう。
市販の解熱・鎮痛剤や総合感冒薬も使用可能です。
症状悪化時は、慌てずに次の表を参考に対応してください。



○症状悪化時の対応

<p>【症状が重い】</p> <ul style="list-style-type: none"> ☑ 4日以上、症状が良くなりえず悪化している ☑ 水分が飲めない、ぐったりして動けない ☑ 呼吸が苦しい 	<ul style="list-style-type: none"> ①診断を受けた医療機関、又はかかりつけ医へ 日中の「診療時間内」に電話相談 ②北海道陽性者健康サポートセンターに相談 ☎ 0120-303-111 (24時間)
<p>【緊急時】</p> <ul style="list-style-type: none"> ☑ 顔色が明らかに悪い、唇が紫色になっている ☑ 息が荒い、肩で息をしている ☑ 意識がおかしい（意識がない） など 	<p>診断を受けた医療機関、又はかかりつけ医へ 電話し相談 → 救急車の要請を検討</p>



「限りある医療資源を有効活用するための医療機関受診及び救急車利用に関する4学会声明
(2022年8月2日:日本感染症学会 他)」より症状を抜粋

濃厚接触者（ご家族）の皆様へ

○濃厚接触者の待機期間

- ◆同居のご家族は濃厚接触者となります。自宅待機とご自身で健康観察をお願いします。
- ◆待機期間は、「感染者の発症日（無症状の場合は、検体採取日）」「住居内で感染対策（※）を講じた日」のいずれか遅い日を0日目として、翌日から**原則5日間**です。
- ※ 住居内の感染対策とは、部屋を分ける、マスクの着用、こまやかな手洗い等のことです。

○自宅待機期間の過ごし方について


- ・食料品の買い物など、必要最小限の外出は可能です。
症状が出た場合に備えて、食料品や常備薬などを用意しましょう。
- ・待機期間が過ぎても、7日間は検温等の健康状態の確認を続けましょう。



○症状が出た場合の対応

- ・手持ちの薬（解熱・鎮痛剤等）などを服用し、水分をしっかりとりましょう。



<ul style="list-style-type: none"> ☑64歳以下 ☑症状が軽い ☑自己検査を希望する 	<ul style="list-style-type: none"> ●抗原検査キットの申し込み 「陽性者登録センター」 ☎ 0120-607-601 (9:00~17:30) <div style="text-align: right;">  検査キット申請 </div>
<ul style="list-style-type: none"> ☑診察の希望がある ☑65歳以上 ☑基礎疾患がある ☑妊娠している 	<ul style="list-style-type: none"> ●かかりつけ医、発熱外来の診療時間帯に電話相談 ●かかりつけ医がない方は 「健康相談センター」 ☎ 0120-501-507 (24時間)