

症状が出たら

- まず、かかりつけ医や、もよりの診療所を受診してください。
- 受診するときは、事前にかかりつけ医に電話して、受診の方法について、指示を受けてください。

こんな症状があったら、すぐに受診を!!

- 呼吸が速い・息が苦しそう
- 嘔吐や下痢が続いている
- 3日以上、発熱が続いている



せきエチケット

- せきやくしゃみの症状のある人は、必ずマスクをつけましょう。
- せきやくしゃみをするときは、他人から顔をそらせ、ティッシュペーパーなどで口や鼻をおさえましょう。
- 押さえた手はすぐ洗い、ティッシュペーパーは、ふた付きのゴミ箱に捨てましょう。



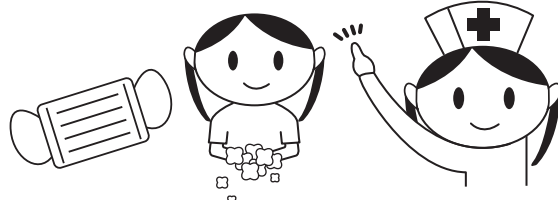
うつさない



感染したら②

【患者の家族は】

- マスクをして看護
- こまめな手洗い
- 患者の様子をよく観察しましょう。
- 患者の衣類や食器は、通常の洗濯・洗浄、乾燥で消毒できます。



感染したら①

【患者本人は】

- こまめな手洗い
- 家の中でもマスクを!!
- なるべく家族と別の部屋で過ごす
- 水分補給と十分な睡眠を!!
- 症状がなくなっても、薬は指示通り最後までのみましょう。
- 熱が下がっても2日間外出を控えましょう。



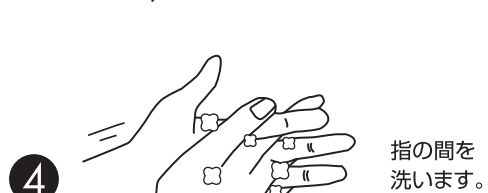
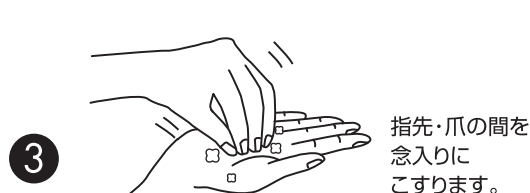
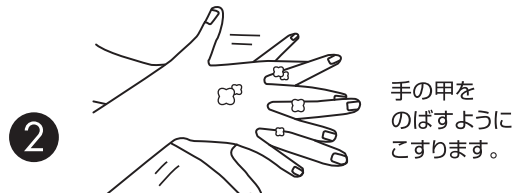
うつったら



正しい手の洗い方

【手洗いの前に】

- 爪は、短く切っておきましょう。
- 時計や指輪は、外しておきましょう。



※石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

まずは、予防を!!

- こまめな手洗い
- うがい
- ひとごみでは、マスクをつける
- 水分補給と十分な睡眠を!!



うつらない

