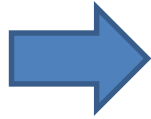


# 発熱や風邪症状があるときの相談・受診・検査



相談



かかりつけ医の  
医療機関



紹介

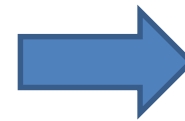
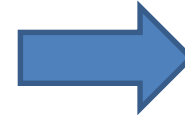
発熱などを診察検査する医療  
機関（診療検査医療機関）



紹介

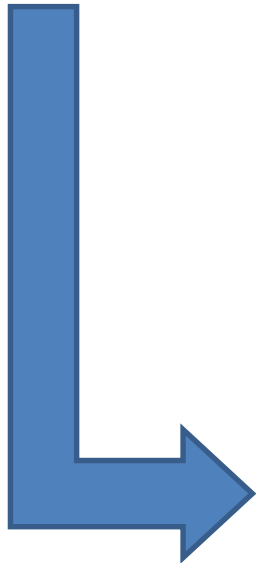
受診相談センター

- ・ 出水総合医療センター  
発熱外来 (080-6479-1791)
- ・ 出水保健所



検  
査

場  
合  
か  
か  
り  
つ  
け  
医  
が  
な  
い



相談

# 受診相談するときのポイント（その1）

□ まずは、**電話連絡**して相談してください。

□ 問診されたことにお答えください。

- ・ 2週間前までの移動歴

新型コロナが流行している地域に行っていないか？

- ・ 2週間前までの接触歴

新型コロナと診断された人と会っていないか？

流行地に移動した人と会っていないか？

風邪症状がある人と会っていないか？

どのような行動をしたか？

- ・ いつから、どのような症状があるか？

- ・ 職業、持病、治療歴など

# 受診相談するときのポイント（その2）

- 指定された時間に、指示された方法で受診してください。
  - ・ 基本的に1名ずつ診察、検査をします。
  - ・ 医療機関によって診察室が異なります。  
(プレハブ、ドライブスルー、テントなどなど)
- 指定された時間、場所に着いたらに、もう一度、電話連絡してください。

- ✓ 事前に問診を行うことで、スムーズな診察・検査が可能になります。
- ✓ 1人ずつ診察することで、診察室内での感染も予防できます。
- ✓ 患者さんの症状によっては、検査の精度を高めるために、翌日の受診・検査となる場合があります。

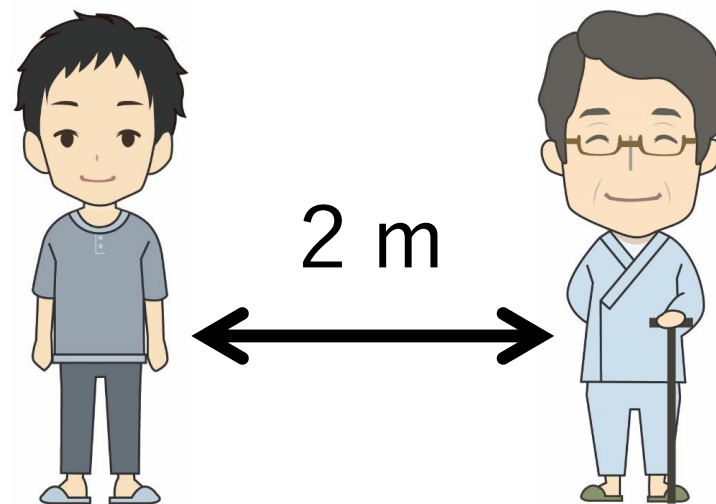
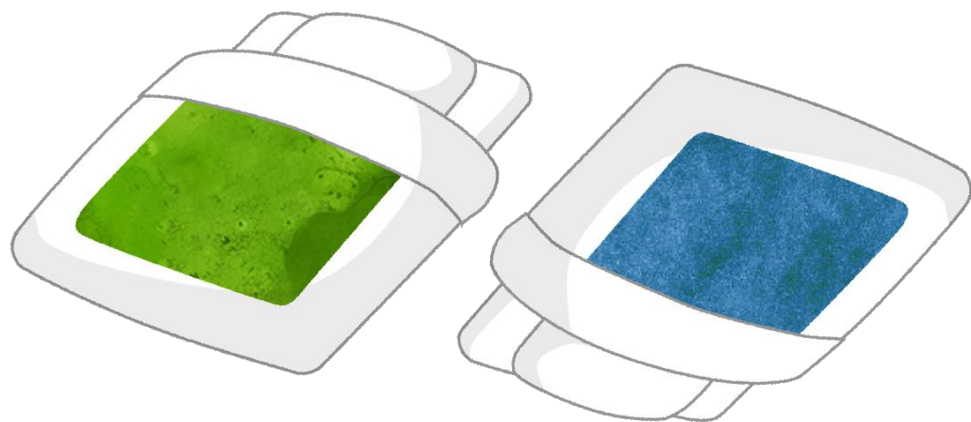
# 発熱や風邪症状があるときの 家庭での感染対策

～ 症状が良くなるまで ～

# 1. 部屋を分けましょう

## 個室にしましょう。

食事を摂るときも別室とします。子どもがいる方や部屋数が少ない場合など、部屋が分けられない場合は、少なくとも2m以上距離を保ったり、カーテンなどで仕切るようにしましょう。寝る時は、頭の位置を互い違いになるようにしましょう。



## 2. マスクをつけましょう。

使用したマスクは他の部屋に出さない。

マスクの表面に触れない。

マスクが汚れたときは、新しいマスクに変えましょう。  
マスクを外すときは、ゴム紐をつまんで外しましょう。  
マスクを外した後は、手洗いをしましょう。



① ゴムやひもをつ  
まんで外す



② マスクの表面  
には触れずに  
廃棄する



③ 外した後は手  
洗いをする

### 3. こまめに手を洗いましょう。

こまめに液体石鹸で手を洗いましょう。

アルコール消毒でもかまいません。

洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしましょう。

共有スペース（トイレ・お風呂）を使う前に手を洗いましょう。



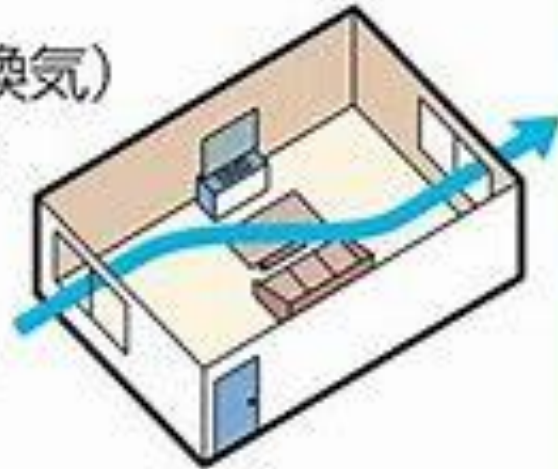
## 4. 換気をしましょう。

### 定期的に換気をしましょう。

共有スペースや他の部屋も時々窓を開けて換気しましょう。

#### 効果的な換気の方法

- 1時間に5～10分程度  
(まとめてより、小まめに換気)
- 対角線上にある2カ所の窓を開ける
- 風が入りにくい場合は、入り口を小さくし、出口を大きく開ける
- 窓が一つしかない場合は、窓のそばに扇風機を置いて風の流れをつくる





## 5. 手で触れる共有部分を消毒しましょう。

ドアノブやベッド柵など、家族が良く触れるところは消毒しましょう。

消毒用アルコールを含んだクロスで拭きましょう。

トイレや洗面所は、家庭用洗剤で洗って問題ありません。

食器や箸、スプーンなどは、通常の洗浄でかまいません。

タオルの共有はしないようにしましょう。

ペーパータオルが使いやすいです。なければ、キッチンペーパーも使いやすいです。

## 6. 汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう。

リネンや衣服は、一般的な家庭用洗剤で洗濯して十分に乾燥させましょう。

洗濯をする人は、衣類を洗濯機に入れたあと、石鹼で良く手を洗いましょう。マスクも着用しましょう。



## 7. ゴミは密閉して捨てましょう。

鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、密閉してゴミ箱に捨てましょう。

ゴミに捨てたあとには、手も洗いましょう。  
(咳エチケットの一つです)

## 8. 不要不急の外出は避けましょう。

疑いがある方や濃厚接触者の方は、外出を避けましょう。

毎日、熱を測るなど、健康観察をして、体調に変化がないか確認しましょう。

同居されているご家族の方も、健康観察をしましょう。



**不要不急の  
外出は  
控えてください**