

北海道稚内保健所

新型コロナウイルス感染症 対策 Q&A



ふだんの暮らしではどう注意する？



Q. 感染しないために、どんなことをすればいいですか？

A. マスクの着用や手洗いを続けることが大切です。

普段は気をつけていても、飲食やスポーツ、あるいは家庭内など、マスクを外す場面や、人との距離が近くなる場面では感染のリスクが高くなります。

特に以下の点を意識して生活しましょう。

- ① 人と会う場面では、最低 2m 程度距離をとり、極力マスクを外さず、特に会話をする時にはこまめに着用するようにしましょう。
- ② 帰宅時、食事前、トイレの後、咳やくしゃみをした後などは、こまめに手洗いや手指消毒をしましょう。

Q. 感染したとしたら、どれくらいの期間で発症しますか？

A. ウイルスが身体に入ってから、症状がでるまでの期間(潜伏期間)は 1～14 日間です。

患者さんと接触した後や、流行地域から帰ってきた後、14 日間は特に症状に注意しましょう。

Q. どのような症状に注意したら良いですか？

A. 発熱、咳、身体のだるさ、息苦しさ等、風邪のような症状が多く、下痢、味・においが感じにくくなる場合もあります。強い症状がでる人もいれば、軽い人や症状がない人もいます。

気になる症状がある場合は、発症した日時やその時々症状を記録しておき、最近の行動歴(患者さんとの接触歴、流行地域への外出など)とあわせて、かかりつけ医や北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター(0800-222-0018)に相談しましょう。

医師が、検査が必要と判断した場合は、行政検査が実施されます。

特に症状はないけれども不安なので検査を受けたい、という場合は、自費検査を実施している医療機関に相談しましょう。



自分が/家族等が患者になったら？



Q. 検査の結果、新型コロナウイルス感染症と診断されたら、どうなりますか？

- A.** 保健所からご本人またはご家族にご連絡しますので、近くに人がいる場合は、マスクを着用して距離をとり、**保健所からの連絡をお待ちください。**
ご連絡の中で、症状の経過、滞在場所、家族状況、発症2週間前からの行動歴や接触者の状況などをお聞きする他、その後の入院等に関するお話をさせていただきます。

Q. 診断されたら、入院になりますか？入院の費用はかかりますか？

- A.** **原則入院または宿泊療養**となり、どちらの対象とするかは、症状や管内の発生状況等によって保健所が総合的に判断します。
なお、新型コロナウイルス感染症による入院や宿泊療養にかかる費用は、一部日用品等の費用を除き行政が負担します。具体的に必要なものや期間中の過ごし方などは医療機関や宿泊施設によって異なりますので、保健所から随時ご案内します。

Q. 家族/同僚など、身近な人が患者になった時はどうすればいいですか？

- A.** 患者さんご本人やご家族などから聞き取った情報に基づき、接触者に該当する方については、保健所から行政検査のご協力をお願いする旨のご連絡をさせていただきますので、**保健所からの連絡をお待ちください。**
なお、検査の結果がでるまで、あるいは濃厚接触者に該当する方は、保健所から指示された健康観察期間中の不要不急の外出自粛等にご協力ください。

Q. 検査で「陰性」だった場合は、外出してもいいですか？

- A.** 検査の結果は、検体を採取した時点での状態です。その時点は陰性でも、その後時間が経ってから症状がでたり、再検査をすると陽性になる場合があります。
患者さんと最後に接触してから14日間の潜伏期間が過ぎるまでの間は、不要不急の外出等は控えていただくようお願いします。

Q. 家族/同僚など、身近な人が「濃厚接触者」になった時はどうすればいいですか？

- A.** ご自身に患者さんとの直接の接触がなければ、**検査の必要性や行動制限等はありませんが、濃厚接触者となった方の検査結果がわかるまでは、同様に不要不急の外出は控えることが望ましいです。**