

自宅療養

新型コロナウイルス感染症にかかった人

総社市内でも新型インフルエンザの発症が確認されています。今後、大流行することも考えられます。

新型インフルエンザの患者のほとんどの人が、比較的軽症のまま数日で回復しています。過剰な心配は不要です。毎年流行するインフルエンザと同じ対応をお願いします。**重症な場合を除き、自宅で療養することになります。**

感染を完全に防ぐことは困難です。皆さん一人ひとりが正しい情報に基づいて、冷静な対応と予防をお願いします。

自宅療養する場合



注意!

- ぜんそく
- 心臓病
- 糖尿病
- 腎機能障害
(透析の治療を受けている人)
- 免疫機能不全の人
- 妊婦
- 乳幼児
- 高齢者

重症化するおそれがあるため、対処の仕方などを**早めに医師に相談**してください。

※かかったかなと思う妊婦さんは、ほかの妊婦への感染を防ぐために、かかっている産科の医師に相談し、一般の医療機関を受診してください。

自宅で療養する場合のポイント

十分な静養と栄養をとりましょう。マスクを着用しましょう。

【部屋】

◆患者は家族とは別の部屋で過ごしましょう。患者の部屋は、湿度を50%から60%に保ち、ときどき換気もしましょう。

【看護】

- ◆高熱が続くときは、わきの下や、足の付け根、首などを冷やしてください。子どもや高齢の人が患者の場合は、体調が悪化していないか十分に様子を見ましょう。
- ◆呼吸困難(息苦しい)、顔色が悪い、食事・水分があまりとれない、意識の状態がおかしい、けいれん、一度症状が良かった後再び悪化した場合は、早めに医療機関で受診してください。
- ◆家族の検温や体調チェックもしましょう。

【水分補給と食事】

- ◆水分補給は大切です。スポーツドリンクやお茶など飲みやすいみもので十分に水分を補給しましょう。
- ◆食事は、栄養のあるもので、食べやすいものにしましょう。

【食器や衣類】

◆患者が使った食器類や衣類は通常どおり洗ってください。分けて洗う必要はありません。

【感染予防】

- ◆患者の世話をした後は、手洗いやうがいをしましょう。
- ◆患者が使ったティッシュなどは、ビニール袋に入れ、口を縛って捨てましょう。
- ◆感染を広げないために、発熱、せき、のどの痛み、鼻水・鼻づまりの症状が続いている間はできるだけ外出しないでください。

20度以下になると、インフルエンザウイルスは活発になり、乾燥すると増えやすくなります。
インフルエンザウイルスには、飛沫感染や接触感染により感染します。せきエチケットを守ることや手洗い、マスクの着用、換気・加湿、ペットボトルや水筒の回し飲みをしないなどの予防をしてください。

