

新型コロナウイルス感染症対策について

大学健康管理センターだより (R2.2.21更新)

厚生労働省から「帰国者・接触者相談センター」へ相談する目安について公表がありました。

以下の1の症状がある方、2(1)または(2)を満たす方は「**帰国者・接触者相談センター(保健所)**」へ連絡してください

< 1 相談の目安となる症状 >

- ・風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます。)
- ・強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある。
- ・高齢者や基礎疾患等(糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD等))のある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方、妊婦の方については、上の状態が2日程度続く場合。

< 2 感染が疑われる場合の定義 >

	症状	接触歴等
(1)	発熱または呼吸器症状	発症14日以内に新型コロナウイルス感染者と濃厚接触をした者
(2)	発熱(37.5度以上)かつ呼吸器症状(肺炎を疑わせる)	①発症14日以内に湖北省または浙江省の渡航歴がある者 ②発症14日以内に湖北省または浙江省の滞在歴のある者と濃厚接触をした者

※発熱等の風邪の症状が見られるときは、出勤せず、外出を控える。
※発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。
※インフルエンザ等の心配があるときは、かかりつけ医等に相談する。

<連絡先> **福島市保健所 024-535-8662** (平日のみ 9時~17時)
県北保健所 024-534-4108 (平日のみ 9時~17時)

- ・時間外については、上記電話番号に連絡すると緊急連絡先を案内されます。
- ・上記以外の県内帰国者・接触者相談センターは、県HPを確認してください。
- ・事前に連絡を入れた上で、帰国者・接触者外来受診の流れになります。

※海外に渡航する場合は、渡航先に関する最新情報の入手に努め、渡航の是非を慎重に検討するとともに、安全を十分に考慮した行動をとりましょう。

※帰国者・接触者相談センター(保健所)へ相談した結果、帰国者・接触者外来(指定医療機関)を受診した結果は**随時速やかに所属長へ連絡してください。**

< 新型コロナウイルスに関する相談窓口 >

・福島市相談専用ダイヤル(土日・祝日も実施) 8時30分~17時15分

024-535-8661

・福島県相談専用ダイヤル 平日のみ 8時30分~21時00分

024-521-7871

・厚生労働省の相談窓口(土日・祝日も実施) 9時00分~21時00分

0120-565653(フリーダイヤル)

※こちらに掲載している情報・対応は、更新日時点のものであり、今後変更になる可能性がありますのでご注意ください。特に、相談の目安や感染が疑われる場合の定義は、状況により変更される可能性が高いため、厚生労働省HPなどで最新情報を確認してください。

< 主な症状 > 発熱やのどの痛み、咳が長引く(1週間前後)、倦怠感

< 潜伏期間 > 世界保健機関(WHO)の報告によれば、現時点の潜伏期間は1-12.5日(多くは5-6日)

< 感染経路 > 現時点では、飛沫感染と接触感染の2つが考えられます。

一人ひとりができる新型コロナウイルス感染症対策は?

過剰に心配することなく、基本的な感染症対策を徹底しましょう。

- ①石鹸と流水でしっかり手洗いをする。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。咳エチケット後やマスクを外した後の手洗いも重要です。アルコール製剤による手指衛生も効果があります。
- ②咳やくしゃみをする場合は「咳エチケット」を励行する。
- ③人混みを避ける。(やむを得ず、人混みや換気が不十分な場所に行く場合はマスクを着用する)
- ④部屋の換気と適度な湿度の保持(50~60%が適しています)
- ⑤十分な睡眠、休養、バランスのとれた食事

咳エチケット

咳エチケット後は手を洗いましょう。
ティッシュ：使ったらすぐにゴミ箱に捨てましょう。
ハンカチ：使ったらなるべく早く洗いましょう。

外す際は表面に触らないように紐を持って外すようにしましょう。
外したあとは手を洗いましょう。

~正しいマスクの着用~

そのままする(NG) 手で覆ってする(NG)

ハンカチやティッシュで覆ってする(OK) マスクをしてする(OK) 服の袖で覆ってする(OK)

< 新型コロナウイルスに関連した情報発信サイト >

福島県HP: <https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/21045c/kansenkangokango68.html>

厚生労働省HP: https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

(引用・参考文献)

厚生労働省「新型コロナウイルスに関するQ&A」「新型コロナウイルス感染症の現在の状況と厚生労働省の対応について」「インフルエンザ対策」

国立感染症研究所「新型コロナウイルス関連情報について」

首相官邸「新型コロナウイルス感染症に備えて」

福島県「新型コロナウイルス関連感染症について」

大学健康管理センター 電話:024-547-1826/1884(内線5261/5263) ・メール:kenkou@fmu.ac.jp