

## 自宅で新型コロナウイルス患者を看病する場合の注意点

新型コロナウイルスに関して、感染者の 8 割が軽症で、自宅で感染者を看病することが多いことが考えられます。そこで、自宅における看病に関する対応について政府の専門家会議、または専門家のアドバイスなどからまとめてみました。ご参考にしてください。

1. 発熱や風邪の症状があれば、まず学校や会社を休み、外出を控える。
2. 37.5℃以上の発熱などが 4 日続く場合は専用の相談センターに相談する。
3. 「自宅療養」や「自宅待機」をする場合の注意点
  - ①看病する人は 1 人に限定し、専用の服を着て、手袋、マスクを着用する。
  - ②看病する人もこまめに手洗いを行い、体温を朝晩測定し、症状が出ないか気を付ける。
  - ③患者と看病する人が共用するドアノブなどは、使用するたびに必ずアルコール消毒液やウェット・ティッシュなどで拭く。
  - ④患者とともに使う洗面所やトイレなどは、使用后、ふたを閉めて水を流す。また換気を徹底する。手洗いを徹底する。
  - ⑤食事はバランスのある食事を心がけ、患者と家族が別々に取る。食器の共用は、避ける。
  - ⑥患者の洗濯物は、80℃のお湯に 10 分以上熱湯消毒してから一緒に洗っても大丈夫だが、気になる場合は別々に洗濯してください。
  - ⑦部屋は 1-2 時間に一度 10 分ほど窓を開けてよく換気してください。
  - ⑧嘔吐（おうと）物を片付ける時は、不要なタオルで拭き取り、ポリ袋に入れて捨てる。拭き取った後はアルコールで消毒する。
  - ⑨屋内では、患者と看病する家族らの双方が、マスクを着用するように勧める。
4. 予防のために一番良いことはウイルスを持っている可能性のある人に近づかないこと。高齢者や病気のある人は、人がたくさん集まるようなところを避けてください。
5. 風邪の症状や 37.5 度以上の発熱が 4 日以上続いたり、強いだるさや息苦しさがあったりするときは、各都道府県の保健所などに設置している帰国者・接触者相談センターに相談してください。

A list of consultation centers in Osaka for returnees/those who have come in contact with carriers of the novel coronavirus（帰国者・接触者相談センター）（Japanese only）

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html)

A list of consultation centers in Hyogo (Japanese only)

<https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf16/singatakorona.html>

A list of consultation centers in Kyoto (Japanese only)

<https://www.pref.kyoto.jp/kentai/news/novelcoronavirus.html#C>

Information Center for those living in Osaka Prefecture (English)

TEL: 06-6941-2297

Working hours:

Monday, Friday 9:00-20:00 (excluding holidays)

Tuesday-Thursday 9:00-17:30 (excluding holidays)

Every 2<sup>nd</sup> and 4<sup>th</sup> Sunday 13:00-17:00

Osaka Medical Net

<https://www.mfis.pref.osaka.jp/omfo/>

Guide for when you are feeling ill | Japan : the Official Guide

[https://www.jnto.go.jp/emergency/eng/mi\\_guide.html](https://www.jnto.go.jp/emergency/eng/mi_guide.html)