

자택에서 신형 코로나 바이러스 환자를 간병할 때의 주의점

신형 코로나 바이러스에 관해, 감염자의 80%가 경증이므로 자택에서 감염자를 간병하는 경우가 많을 것으로 생각됩니다. 그래서 자택에서의 간병에 관한 대응에 대해 정부 전문가회의, 혹은 전문가의 조언 등을 정리해 보았습니다. 참고해주시기 바랍니다.

1. 발열이나 감기 증상이 있으면 일단 학교나 회사를 쉬고, 외출을 삼갈 것.
2. 37.5°C 이상의 발열 등이 4 일 지속될 경우는, 전용 상담센터에 상담할 것.
3. '자택요양'이나 '자택대기'를 할 경우의 주의점
 - ① 간병하는 사람은 한 사람으로 한정하고, 전용 옷을 입고 장갑과 마스크를 착용하십시오.
 - ② 간병하는 사람도 자주 손을 씻고, 체온을 아침저녁으로 측정하여 증상이 나타나지 않는지 신경 써 주십시오.
 - ③ 환자를 간병하는 사람이 공용으로 사용하는 문 손잡이 등은 사용할 때마다 반드시 알코올 소독액이나 물티슈 등으로 닦도록 합니다.
 - ④ 환자와 함께 사용하는 세면대나 화장실 등은 사용 후에 뚜껑을 닫고 물을 내리십시오. 또 환기를 철저히 하고 손을 꼼꼼하게 씻으십시오.
 - ⑤ 식사는 영양을 잘 챙기도록 힘쓰고, 환자와 가족이 별도로 식사하십시오. 식기는 함께 사용하지 않도록 하십시오.
 - ⑥ 환자의 세탁물은 80°C의 따뜻한 물에서 10 분 이상 열탕 소독한 후에 함께 빨아도 되지만, 신경이 쓰일 경우에는 따로 세탁하십시오.
 - ⑦ 방에는 1-2 시간에 한번 10 분정도 창문을 열어 잘 환기해 주십시오.
 - ⑧ 구토물을 치울 때에는 사용하지 않는 수건으로 닦아내고, 비닐봉지에 넣어서 버린다. 닦은 후에는 알코올로 소독하십시오.
 - ⑨ 실내에서는, 환자와 간병하는 가족이 서로 마스크를 착용할 것을 권고합니다.
4. 예방을 위해 가장 좋은 것은 바이러스를 가지고 있을 가능성이 있는 사람에게 가까이 가지 않는 것. 고령자나 병이 있는 사람은 사람이 많이 모이는 곳을 피하십시오.
5. 감기 증상이나 37.5°C 이상의 발열이 4 일 이상 계속되거나, 강한 피로감이나 숨쉬기 힘든 경우가 있을 때에는 각 도도부현의 보건소 등에 설치되어 있는 귀국자·접촉자 상담센터에 상담해 주십시오.

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

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 2nd and 4th 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