

如何防控新型冠状病毒

■什么是新型冠状病毒感染

其特征主要表现为发热、咽痛、咳嗽不止（约一星期左右），有许多人感到乏力（疲倦感）。

即使被感染，症状也是轻度的，治愈例也很多。与季节性流感相比病情转化为危重症的风险性较高。转化危重症后会导致肺炎并且也已确认死亡病例，所以我们要注意预防感染。

特别是老年人和患有基础病的人群可能更容易转化为危重症。

新型冠状病毒是通过飞沫感染和接触感染进行传播。虽然没有发现有空气感染，但是在封闭的空间和近距离内多人数聚集交谈等则必须加以谨慎。

飞沫感染	病毒通过感染患者的飞沫（打喷嚏、咳嗽、唾液等）被释放，其他人则通过嘴或鼻子将其吸入而被感染。
接触感染	感染患者用手遮挡打喷嚏或咳嗽后，再用其触摸周围的物体时病毒就会粘在物体上。其他人再触摸时病毒就会附着在手上，再经手触摸嘴和鼻子通过黏膜而被感染。

■日常生活中的注意事项

首先，洗手非常重要。外出回家时以及烹饪前后、用餐前等，都要用肥皂、酒精消毒剂等勤洗手。

若出现咳嗽或其他症状，并且在咳嗽或打喷嚏时用手遮挡，则有可能使病毒附着在您触摸过的物体上，通过门把手等媒介将疾病传播给他人，所以，请遵守咳嗽礼仪。

患有慢性疾病的人群和老年人更加要注意，尽可能的远离人群密集的等场所。

✓有发烧等感冒症状时，请在家休息，不要去上学或上班。

✓如有发烧等感冒症状，请每天测量体温并作记录。

■下述人群请注意

有以下症状的人士，请到〔归国者・接触者咨询中心〕进行咨询。

- ✓有感冒症状或发烧 37.5° C 以上并持续 4 天以上
（包括需继续服用过退烧药的）。
- ✓感到乏力（倦怠感）或气促憋气（呼吸困难）。

※老年人或患有基础疾病的等人群，上述状态持续两天的

在中心咨询的结果：对怀疑有新型冠状病毒感染的，将介绍专业〔归国者・接触者门诊〕。请佩戴口罩，避免使用公共交通机关的交通工具就诊。

在所有都道府县都设置了〔归国者・接触者咨询中心〕。详细信息请参见以下 URL。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html