

新型コロナウイルス Q&A

令和2年2月22日時点版

心配な時には

Q1 風邪のような症状があり心配です。どうしたらいいですか？

A 発熱などの風邪の症状があるときは、学校や会社を休むなど、外出を控えてください。毎日体温を測定して記録しましょう。

Q3 最寄りの保健所等(帰国者・接触者相談センター)に相談するとどうなりますか？

A 電話での相談を踏まえて、感染の疑いがある場合には、必要に応じて、新型コロナウイルス感染症患者の診察ができる「帰国者・接触者外来」を確実に受診できるよう調整します。

予防について

Q4 新型コロナウイルスにはどうやって感染しますか？

A 現時点では、飛沫感染と接触感染の2つが考えられます。

- ① 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫による「飛沫感染」
- ② ウイルスに触れた手で口や鼻を触ることによる「接触感染」

医療機関を受診するとき

Q6 医療機関を受診するときに気を付けることはありますか？

A 複数の医療機関を受診せず、「帰国者・接触者相談センター」等から紹介された医療機関(「帰国者・接触者外来」など)を受診してください。受診するときは、マスクを着用し、手洗いや咳エチケットを徹底してください。

Q2 感染したかも?と思ったらどうしたらいいですか？



A 以下の場合には、最寄りの保健所等にある「帰国者・接触者相談センター」に電話で相談しましょう。

- ① 風邪の症状や37.5度以上の熱が4日以上続く
- ② 強いだるさや息苦しさがある



・重症化しやすい高齢者や基礎疾患がある方に加えて、念のため妊婦さんは、こうした状態が2日程度続いたら相談しましょう。

・症状がこの基準に満たない場合には、かかりつけ医や近隣の医療機関にご相談ください。

Q5 感染予防のためにできることはなんですか？

A 以下のことを心がけましょう。

- ① 石鹸やアルコール消毒液などによる手洗い
- ② 正しいマスクの着用を含む咳エチケット
- ③ 高齢者や持病のある方は公共交通機関や人込みを避ける

新型コロナウイルスについて

Q7 感染しても症状が出ない人がいますが、その人からも感染しますか？

A 現状では、はっきりしたことはわかっていません。通常、肺炎などを起こすウイルス感染症の場合、症状が最も強く現れる時期に、他者へウイルスをうつす可能性も最も高くなると言われています。



新型コロナウイルス感染症の疑いがある場合に 気をつけること

1 新型コロナウイルス感染症の疑いがある方の過ごし方

2020年2月26日

新型コロナウイルス感染症の疑いがある場合は下記の事項に注意しましょう。

○ 症状の出現に注意しましょう

- ・ 新型コロナウイルス感染症の患者さんと最後に接触した日から14日間は、朝・夕2回の体温測定をおこなう等の健康観察を実施しましょう。次の症状がある場合には、「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。

- ・ 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日間以上続いている。

(解熱剤を飲み続けなければならないときを含む)

- ・ 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のある方は、上の状態が2日程度続く場合

○ 咳やくしゃみが出たら咳エチケットを必ず行いましょう

- ・ 14日間経過するまでは症状がなくてもマスクを着用しましょう。
- ・ 咳やくしゃみをする場合には口と鼻をティッシュや手で覆いましょう。その後、流水と石鹸で手を洗いましょう。

2 家庭や施設内で新型コロナウイルス感染症の疑いがある方へのケア

○ 家庭や施設内における感染経路

新型コロナウイルス感染症は発症すると、咳や痰、鼻水等の症状が現れ、咳やくしゃみのしぶき(飛沫)にウイルスが含まれている場合、飛沫を吸い込むことによって感染します。

また、咳をする際に口元を抑えた手や痰、鼻水に触れた手でドアノブや電気のスイッチに触れ、そこに別の人が触れた手で目や鼻を触ることで家族や施設内の方に接触感染します。

○ 施設や家庭内での過ごし方

新型コロナウイルス感染症の疑いがある方が家庭や施設内で生活をしている場合、疑いのある方を家族や施設利用者から別室に隔離(可能であれば)した上で、室内をよく換気し、清掃と消毒を徹底することで家族や施設内における感染を防ぐことができます。詳しくは「新型コロナウイルス感染症に関する清掃・消毒について」をご覧ください。

○ ケアする際の注意事項

疑いがある方をケアする場合は、部屋に入る時にマスクを着用し、こまめに手洗いとエタノールで手指消毒を行いましょう。タオルは使い捨ての紙タオル等が望ましく、マスク装着後はマスクの表面に触れないようにしましょう。また、一度使用したマスクは再度着用しないようにしましょう。鼻水や痰が付着したティッシュや使用したマスクはビニール袋に入れ、しっかり口を絞って捨てましょう。

出典：(WHO、Home care for patients with suspected novel coronavirus (nCoV) infection presenting with mild symptoms and management of contacts より)



感染症対策 へのご協力を お願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、
「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

① 手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの
前と
後はよく切っておきましょう
時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんを
つけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

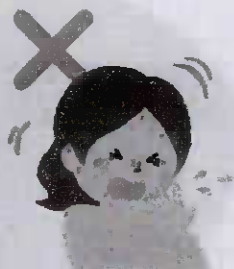
② 咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など
人が集まる場所でやろう



何もせずに
咳やくしゃみをする



咳やくしゃみを
手でおさえる



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)



ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う



袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



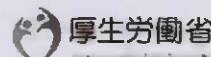
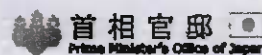
① 鼻と口の両方を
確実に覆う



② ゴムひもを
耳にかける



③ 隙間がないよう
鼻まで覆う



厚労省

