

発熱や咳、のどの痛みなどの風邪様の症状が出た時



風邪症状の初期は、**自宅療養に専念**して下さい！

- 風邪も新型コロナも症状はよく似ており、多くは自分の免疫力で治ります。（新型コロナも8割は1週間程度で治ります。）
- 風邪は普通2～3日程度で治りますが、新型コロナは1週間程度、長引くことが特徴です。
- 風邪も新型コロナも**治療薬はなく**、自分の免疫力で治ります。**初期は原則として新型コロナの検査はできませんし、受診による感染の危険性も高まります**ので、**仕事は休み**、休養、睡眠、水分補給をして**自宅療養に専念**して下さい。
- また、**家族に感染させない**よう注意して、体温や症状を記録しておいてください。



- 風邪の症状や**37.5℃以上の発熱が4日以上**続く場合に**相談**
- **強いだるさ（倦怠感）**や**息苦しさ（呼吸困難）**がある場合は**直ちに相談**
- **高齢者や持病がある方、妊娠中の方は**、同症状が**2日程度**続く場合に**相談**
- 4日、2日未満でも、症状が強くて我慢できない場合は**事前に電話相談**してから受診して下さい。

電話相談



相談

かかりつけの  
病院・診療所

高知県新型コロナウイルス健康  
相談センター（088-823-9300）

指示に従って受診

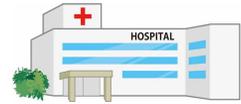
受診

かかりつけの  
病院・診療所

帰国者・接触者外来

発熱や咳、のどの痛みなどの風邪様の症状が出た時

## 病院・診療所に受診



- 発熱等の症状の有無に関わらず、患者さんが安心して受診できるよう（外来待合室等で感染しないよう）、医師会のご協力をいただき、**全ての医療機関に、発熱等の症状の有無で診察室を分けたり、症状のある方は駐車場の車で待機していただく、あるいは、時間を分けて受診していただくなどの院内感染防止対策**の準備と実施をお願いしています。



- 受診する時は、**事前に電話連絡**しておき、**指示された受診時の注意事項**（手洗い、マスク、駐車場での待機等）を守ってください。又、受診時の**公共交通機関**の利用は**避けて下さい**。

## 帰国者・接触者外来に受診

- 中央東福祉保健所と帰国者・接触者外来が、具体的に説明しますので、その指示に従ってください。

## 症状が改善した後の注意事項

なお、**症状が改善しても**、症状がなくなるまで仕事等を休んでください。外出せざるを得ない時は、手洗い、マスク着用を励行するとともに、ライブハウス等「**換気が悪い密閉空間で人が密集し、近距離で会話・発声するところ**」には**絶対に行かないで**ください。



危険！

換気が悪い  
密閉空間

多数が  
集まる  
密集場所

間近で  
会話や  
発声をする  
密接場面