

新型コロナに負けない！！④

風邪をひいてしまった時の注意

現時点では、インフルエンザの様には新型コロナの検査はできません。また新型コロナウイルスは軽い症状だと普通の風邪と区別する方法がありません。風邪をひいてしまった時に新型コロナウイルス感染症でないと判断することは難しく、常に感染している可能性を考えて行動する必要があります。「自分自身が重症化しないこと」、「人に感染させないこと」が重要です。

- ・ 風邪症状が出てしまった時は、自宅でゆっくり体を休め、栄養と睡眠をしっかり取るようにしてください。
- ・ 症状が出たことを家族や頼れる人に伝え、悪化した時に支援してもらえる準備をしてください。
- ・ 発熱や咳などの風邪症状がある人は、軽くても発症してから1週間は外出しないください。
- ・ ただし、症状に不安があったり、長引いている（4日以上）場合には、かかりつけ医などの医療機関か相談センターに電話で相談してください。
- ・ 持病がある方、妊婦の方は早め（2日以上）の相談を心がけてください。
- ・ つらい症状がある時は、期間に関わらずまずは電話で相談してください。
- ・ 秩父地域の各医療機関は、患者さんの体調と院内感染に配慮して、より安全に受診できる時間や方法を案内したり、電話での診察をして薬を処方するなど、工夫して対応しています。まずは電話で相談し、医療機関・相談センターの指示に従って行動してください。

今後も日々変化する状況に合わせて、地域の皆さんが安心して過ごせるよう、医師会としても一市四町、病院と協力しての医療体制を考えていきます。

文責 近藤俊夫