

新型コロナウイルスに感染したときのポイント

- 新型コロナウイルスの感染力について
 - 個人差はありますが、**発症2日前から発症後10日間程度**は鼻やのどからウイルスを排出していると言われています。
 - **特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高い事に注意**してください。
- 新型コロナウイルス感染症にかかった時の療養期間について

令和5年5月8日以降、新型コロナ患者は法律に基づく外出自粛は求められません。外出を控えるかどうかは、個人の判断に委ねられます。その際以下の内容を参考にしてください。

(1) 外出を控えることが推奨される期間

- 特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことから、発症日を0日目として**5日間は外出を控えること**、かつ、5日目に症状が続いていた場合は、熱が下がり、痰やのどの痛みなどの**症状が軽快して24時間程度が経過するまでは、外出を控え様子を見る**ことが推奨されます。症状が重い場合は医療機関に相談してください。

※ 発症後10日以内に外来予約がある方は電話にて各医療機関へご相談ください。

※ 重症化リスクの高い方（高齢者・基礎疾患がある方・妊婦）が発症した場合は、早期に医療機関へご相談ください。

(2) 周りの方への配慮

- **10日間が経過するまでは**、ウイルス排出の可能性があることから、**マスクを着用し重症化リスクの高い方との接触は控える等、周りの方へうつさないよう配慮しましょう。**
- 発症後10日を過ぎても咳やくしゃみ等の症状が続いている場合には、マスクを着用しましょう。

(3) 児童生徒等に対する出席停止期間

- 発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでが基準となっています。各学校等の指示に従ってください。

➤ 「濃厚接触者」の取扱い

- 濃厚接触者として特定されませんが、ご自身が感染している可能性を考慮し、感染者と接触後5日間はご自身の体調に注意してください。**7日目までは発症する可能性があります。マスク着用、手指衛生や換気等の感染対策をとり、重症化リスクの高い方との接触は控える等の配慮をしましょう。**
- 症状が出た場合は自宅療養または市販の抗原検査キットで自己検査を考慮してください。症状が重い場合や重症化リスクの高い方は医療機関に相談してください。