|  |
| --- |
| 如果您的家人疑似感染新型冠状病毒 在家需要注意的事项~八个要点~ |

（根据一般社团法人日本环境感染学会的概要修改）2020年3月1日版

|  |  |
| --- | --- |
| **请将居室分开** |  |
|  |
| ◆ **单独使用房间隔离。**吃饭睡觉也要分别在不同的房间。 **・**有孩子的家庭，因房间少等无法分房隔离时， 要保持两米以上距离，最好设置隔断或拉帘隔开。・睡觉时请将头部位置互相错开。◆ **本人尽量不要走出房间 。** 使用洗手间、浴室等共用空间要保持最低限度。  |

|  |  |
| --- | --- |
| **照顾感染者的家人尽量固定** |  |
|  |
| ◆ 避免让心脏、肺、肾脏患有疾病者，糖尿病患者，免疫力较低者，孕妇等照顾病人。 |

|  |  |
| --- | --- |
| **请佩戴口罩** |  |
|  |
| ◆ **用过的口罩不要拿到其他房间。**◆ **不要触碰口罩表面。**摘口罩时请捏住松紧系带摘取。 ◆ **摘掉口罩后必须用香皂**、**洗手液洗手。**(酒精手指消毒剂也可) * 口罩弄脏时要马上更换清洁干燥的新口罩。
* 没口罩想咳嗽或打喷嚏时请用纸巾等遮住口鼻。
 |

|  |  |
| --- | --- |
| 勤洗手 |  |
|  |
| ◆ **请用香皂洗手液经常洗手，用酒精消毒。**没洗过的手请不要触碰眼、鼻、口等。  |

厚生劳动省 请见背面

|  |  |
| --- | --- |
| **请通风换气** |  |
|  |
| ◆ **定时给房间通风换气**。共用空间及其他房间也要开着窗户保持通风。 |

|  |  |
| --- | --- |
| **手触摸到的共用部分请消毒** |  |
|  |
| ◆ **共用部分** (门拉手、把手、宠物围栏等) **用稀释的氯化漂白剂擦拭**后**，**再用湿布擦拭。* 附着在物体上的病毒会存活一段时间。
* 家庭用氯化漂白剂，请确认成分是否是次氯酸盐，按说明的用量比例稀释后使用。 (浓度大约是0.05%。产品的浓度是6%的情况下，3L（升）水里倒入25ml（毫升）漂白剂即可。)

◆ **厕所洗手间和盥洗室洗脸盆，要经常用洗剂冲水洗净，使用家庭用消毒剂经常消毒。*** 毛巾、衣服、食器、筷子、勺子等通常洗净即可。
* 感染者用的东西不必分开清洗。
* **洗净前的东西不要共用**。
* 特别是毛巾、厕所、盥洗室洗脸盆、厨房等不要共用。
 |

|  |  |
| --- | --- |
| **弄脏的床单毛巾类衣服要洗净** |  |
|  |
| ◆ **清理被体液弄脏的衣服**、**床单毛巾类时，要戴手套口罩，用一般家庭用洗剂洗净**、**彻底晾干。*** 曾经从粪便检测出病毒。
 |

|  |  |
| --- | --- |
| **垃圾要密封后再扔掉** |  |
|  |
| ◆ **擤过鼻涕的纸巾要马上装入塑料袋，密封后才能扔到室外。之后马上用香皂**、**洗手液洗手。** |

|  |
| --- |
| ● **本人不要外出。**● **家人、同居者也要测量体温等观察健康状况，没有急需的情况避免外出，特别是有咳嗽**、**发烧等症状时，请不要去上班等等。** |