

关于新型冠状病毒（COVID-19）感染症

■什么是新型冠状病毒感染症？

2019年12月在中华人民共和国湖北省发生首例，由新型冠状病毒（COVID-19）所引发的呼吸系统感染症。感染后会出现咳嗽、发热等症状，还可能引发肺炎。一般认为飞沫感染和接触感染会导致感染扩大。

■如出现下列症状，请向“归国者・接触者相谈中心”咨询

- 连续4天以上出现感冒症状或37.5℃以上的发热（高龄者或潜在疾病患者为2天以上）
 - 有强烈倦怠感或呼吸困难的情况
- 咨询结果如有疑似感染新型冠状病毒的情况，该中心会介绍专门的医疗机构。请避免搭乘公共交通工具，并戴口罩前往就诊。

■重要的是每个人都要尽力预防感染并防止感染扩大

出现发热等感冒症状时，请向学校或公司请假。

个人预防措施

- 外出归来时要洗手、漱口。
- 要使用酒精消毒手部和手指缝儿。
- 避免到人群聚集的场所。
- 要保持屋内恰当的湿度、注意通风。
- 生活要有规律，要注意休息。
- 要注意饮食结构，适当地补充水分。



防止感染扩大的对策——“咳嗽礼节”

- 有咳嗽、打喷嚏症状时戴上口罩
- 如没有口罩，咳嗽、打喷嚏时，用面巾纸或衣袖等捂住嘴和鼻子

关于新型冠状病毒的多语言信息

<http://www.spira.or.jp/topic/corona>



受理对新型冠状病毒的电话咨询

电话号码 **092-687-5535** 受理时间 24時間应对（含周末以及公休日）

接待语言 **English**(英语)、**中文**(中文)、**한국어**(韩语)、**Tiếng Việt**(越南语)、**Bahasa Melayu**(马来西亚语)、**नेपाली**(尼泊尔语)、**Tagalog**(菲律宾语)、**Bahasa Indonesia**(印度尼西亚语)、**Português**(葡萄牙语)、**Le français**(法语)、**Español**(西班牙语)、**Русский язык**(俄语)、**Italiano**(意大利语)、**Deutsch**(德语)、**ภาษาไทย**(泰语)、**မြန်မာဘာသာ**(缅甸语)、**ភាសាខ្មែរ**(柬埔寨语)、**Монгол**(蒙古语)

让我们洗手吧！

把肥皂搓出泡沫，按如下顺序洗手吧！

洗手前的准备

- ◆ 指甲剪了吗？
- ◆ 手表和戒指摘了吗？

Check!



污垢容易残留的地方

- ◆ 指尖
- ◆ 手指缝儿
- ◆ 拇指周围
- ◆ 手腕
- ◆ 手上的皱纹

(1) 把肥皂搓出泡沫，仔细搓手心



(2) 手背平伸，仔细搓洗



(3) 仔细搓指尖、指甲缝儿



(4) 洗手指缝儿



(5) 用手握住拇指相互搓洗



(6) 不要忘记洗手腕



把肥皂冲洗干净，用干净的毛巾擦干