

코로나 19 를 예방하려면

코로나 19 란?

바이러스성 감기의 일종으로 발열과 인후통, 기침이 1 주일 정도 지속되며, 강한 피로감이 드는 것이 특징입니다. 감염에서 발병까지 하루에서 12.5 일(보통 5~6 일)이 걸리는 것으로 알려져 있습니다.

코로나 19 는 비말감염과 접촉감염에 의해 전염되는 것으로 알려져 있습니다.

| | |
|------|--|
| 비말감염 | 감염자의 비말(재채기, 기침, 침 등) 에 섞여 방출된 바이러스가 주위 사람의 호흡기(입, 코 등)를 통해 전염됩니다. |
| 접촉감염 | 손에 의한 감염을 말합니다. 감염자가 손으로 입을 막고 재채기나 기침을 한 후 주변의 물건을 만지면 바이러스가 그대로 그 물건에 남게 됩니다. 이후 이를 만진 사람이 손을 씻지 않고 자신의 입과 코를 만지면 점막을 통해 감염되게 됩니다. |

증상이 악화되면 폐렴으로 이어지다 사망에 이르는 사례도 있으니 주의하시기 바랍니다. 특히 고령자 또는 기초질환자는 증상이 악화될 가능성이 높습니다.

일상생활에서의 주의점

우선 손씻기를 생활화하는 것이 중요합니다. 집에 돌아온 후, 요리하고 난 후, 식사 전에는 반드시 비누나 알코올소독제 등을 사용해 손을 씻으십시오.

기침 등의 증세가 있는 분은 접촉감염을 예방하기 위해 반드시 기침 매너를 지켜 주십시오. 지병이 있거나 고령인 분은 사람이 많이 모이는 곳에 가지 않는 등 보다 세심한 주의를 기울여 주십시오.

발열 등 감기 증상이 있는 경우에는 반드시 외출을 삼가해 주십시오.

발열 등의 감기 증상이 나타나면 매일 체온을 측정해 기록하십시오.

귀국자·접촉자 상담센터

다음과 같은 증상이 있는 분은 <귀국자·접촉자 상담센터>로 문의해 주시기 바랍니다.

감기증상 또는 37.5 도 이상의 발열이 4 일이상 지속될 경우(해열제의 연속 복용이 필요한 경우 포함)

강한 피로나 권태감 또는 호흡 곤란 등이 있는 경우

***고령자 또는 기초 질환이 있는 분은 이와 같은 상태가 2 일이상 연속될 경우**

센터에서는 증상 문의 이후의 <귀국자·접촉자 외래> 관련 의료기관을 소개합니다.

| 접촉자 상담센터 | 전화번호 | 개시시간 |
|--|-------------------------|---|
| 삿포로보건소(구급안심센터) 삿포로 【진료상담】 | 011-272-7119 (#7119) | 24 시간 |
| 아사히카와보건소 | 0166-25-9848 | 평일 8:45 am ~ 5:15 pm |
| 시립 하코다테보건소 | 0138-32-1547 | 평일 8:45 am ~ 7:00 pm |
| 오타루시보건소 | 0134-22-3110 | 평일 8:50 am ~ 17:20 pm |
| *상기 이외 거주자 | | |
| 도립보건소 | * 이하 참조 | 평일 8:45 am ~ 5:30 pm |
| 홋카이도보건복지부 건강안전 지역보건과 (*현재 24 시간 체제를 검토하고 있으니 다시 통지하겠습니다.) | 011-204-5020 | 평일 17:30 pm ~ 9:00 pm 토·일·공휴일 9:00 am ~ 9:00 pm |

일반 문의처

이외 본인에게 발현된 증상이 불안한 경우 등의 일반적인 문의는 이하에서 상담해 주시기 바랍니다.

| 상담창구 | 전화번호 | 상담 가능시간 |
|-----------------------------|---------------------|--|
| 후생노동성전화상담창구 | 0120-565653 (무료) | 9:00 am ~ 9:00pm (토·일·공휴일 포함) |
| 삿포로시보건소 (코로나 19 일반 상담창구) | 011-632-4567 | 9:00 am ~ 9:00pm (토·일·공휴일 포함) |
| 아사히카와보건소 | 0166-25-9848 | 평일 8:45 am ~ 5:15 pm |
| 시립 하코다테보건소 | 0138-32-1547 | 평일 8:45 am ~ 7:00 pm |
| 오타루시보건소 | 0134-22-3110 | 평일 8:50 am ~ 17:20 pm |
| *상기 이외 거주자 | | |
| 도립보건소 | * 이하 참조 | 평일 8:45 am ~ 5:30 pm |
| 홋카이도보건복지부 건강안전 지역보건과 | 011-204-5020 | 평일 17:30 pm ~ 9:00 pm 토·일·공휴일 9:00 am to 9:00 pm |

(도립보건소 상담센터일란) ※이하 URL 또는 QR 코드부터 볼수 있습니다.

www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kth/kak/tkh/hokensho/hokensho.htm

