

## 关于新型冠状病毒感染症

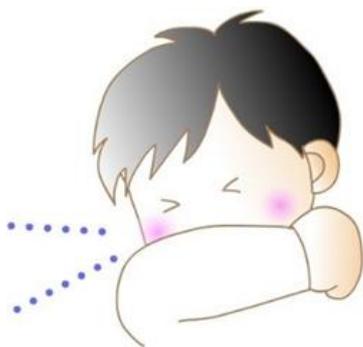
### ■什么是新型冠状病毒感染症？

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。

- 如出现咳嗽、发热等症状时，请事先联系以下介绍的《新型冠状病毒感染症一般咨询窗口》
- 要按照保健所的指示，佩戴口罩并前往医疗机构就诊。

### ■重要的是每个人都要尽力预防感染并防止感染扩大 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
- 

## 一般咨询窗口

### ◆面向外国籍县民、24小时免费咨询专用电话

长野县多元文化共生咨询中心（0120-691-792） 有中文服务：

利用方法

- (1) 拨打 0120-691-792
- (2) 要求连接到 长野县专用相談電話 026-235-7277。
- (3) 您可以在有中文口译服务的同时进行咨询。

◆厚生劳动省咨询电话： 9：00～21：00（每天） ☎0120-565653（免费电话）

◆长野县专用咨询电话： ☎026-235-7277 、026-235-7278 每天、24小时对应

◆上田保健福祉事務所（上田保健所）咨询电话：

平日 8：30～17：15 ☎0268-25-7149

夜间・休息日（17：15～8：30 ☎0268-23-1260（总机）

## 下面是关于新型冠状病毒肺炎、中国驻日大使馆的领事提醒主要内容和就诊指南!!

目前，日本新型冠状病毒肺炎疫情在不断变化，2月25日，日本政府公布了应对新冠肺炎疫情的基本方针。中国驻日本大使馆呼吁同胞及时关注疫情变化，加强个人防护，并做到以下事项。

### 1、轻症居家静养，症状恶化时按就诊指南及时就诊

根据日本政府公布的基本方针，出现轻度新冠肺炎疑似症状时首先应居家静养，停止上班上学，避免外出。出现相应症状时的，及时咨询相关窗口并前往其指定医疗机构检测。重症高风险群体应尽早就诊。

#### 就诊指南：

- ① 连续4天出现感冒症状或发烧37.5°以上。
- ② 需要持续服用退烧药。
- ③ 有强烈的疲惫感、呼吸困难。

#### ◆ 以下人群为重症高风险群体，出现上述症状两天内即应咨询。

- 1) 老年人。
- 2) 患有糖尿病、心脏病、呼吸系统疾病。
- 3) 正在接受透析治疗。
- 4) 服用免疫抑制药物或抗癌药物。
- 5) 孕妇。

如已被相关机构告知无需检测，则有可能为流感或普通肺炎，请做好防护前往附近的医疗机构就诊即可。无法接受病毒检测不影响其他疾病的正常就诊，但也切勿因为恐慌而随意前往医院要求检测，以免增加交叉感染风险。

### 2、遵守停工停学规定，避免参加聚集性活动

日本政府已呼吁企业错峰上班或网络办公，并批准出现新冠肺炎疑似症状的员工休假，文部科学省和各地政府将根据当地实际情况已决定相关学校停课。目前部分学校、公共设施等已停学停业，相关人员可能会被要求居家隔离观察，请广大公民配合。请尽量避免参加聚餐、集会、展会、演唱会、观看比赛等聚集性活动。各侨团请继续中止或延期举办集体活动。

### 3、齐心协力防控疫情

未来一至两周是日本遏制患者增加速度、防止感染扩大的关键时期。防控疫情需要每个人的理解和配合，关键在于做好以下三点。

1. 保护自己：勤洗手、常通风、戴口罩。保证充足的睡眠和饮水。不要盲目前往医院等有交叉感染风险的场所，避免参加聚集性活动。

2. 保护他人：出现新冠肺炎疑似症状时应立刻停工停学，居家隔离静养观察。切勿隐瞒病情参加集体活动。公司、学校、餐厅等公共场所应做好消毒等工作。

3. 保持理性：科学防疫，不信谣不传谣，避免恐慌。

根据疫情的变化发展，日本政府将视情在停工停学、居家隔离、就诊指南方面出台新政策。请广大公民务必及时关注日本政府相关部门政策调整。

面对疫情，在日同胞齐心协力、积极应对，种种善举温暖着祖国同胞，也感动着日本朋友。没有过不去的寒冬，没有等不到的春风。疫情并非不可战胜，特殊时期更需要中日两国人民守望相助，共同努力，共克时艰。希望广大同胞坚定意志、打消恐慌，采取实际行动保护自己 and 他人。

相信在我们的共同努力下，一定能够早日迎来战“疫”的最终胜利。