



## 新潟県版・新型コロナウイルス/インフルエンザに感染したかも？と思ったら

### 症状が軽い ①

- ✓ 飲んだり食べたりできる
- ✓ 呼吸が苦しくない
- ✓ 乳幼児で顔色が良い
- ✓ 65歳未満
- ✓ 基礎疾患なし
- ✓ 妊娠なし
- ✓ 喫煙習慣なし ※
- ✓ 高度肥満 (BMI30以上) なし

(上記すべてに該当)

### 新型コロナ抗原検査キットの活用も検討

「対外診断用医薬品」または「第一類医薬品」の表示があるものを選びましょう

### 症状が重い ②

- ✓ 水分が飲めない
- ✓ ぐったりして動けない
- ✓ 呼吸が苦しい
- ✓ 呼吸が速い
- ✓ 乳幼児で顔色が悪い
- ✓ 乳幼児で機嫌が悪くあやしてもおさまらない
- ✓ 37.5℃の発熱が4日以上続く
- ✓ 65歳以上
- ✓ 65歳未満だが基礎疾患あり
- ✓ 妊娠中
- ✓ ワクチン未接種
- ✓ 喫煙習慣あり ※
- ✓ 高度肥満 (BMI30以上)

(上記いずれかに該当)

### かかりつけ医や健康相談センターに連絡

### 救急車を呼ぶ必要有 ③

- ✓ 顔色が明らかに悪い
- ✓ 唇が紫色になっている
- ✓ (表情や外見等が)いつもと違う
- ✓ 様子がおかしい
- ✓ 息が荒くなった
- ✓ 急に息苦しくなった
- ✓ 日常生活で少し動いただけで息苦しい
- ✓ 胸の痛みがある
- ✓ 横になれない
- ✓ 座らないと息ができない
- ✓ 肩で息をしている
- ✓ 意識がおかしい (意識がない) 等

(上記いずれかに該当)

### 救急車をためらわない

判断に迷う場合は健康相談センターや#7119、#8000、AI救急相談アプリなどを活用