

# 医療への負荷の軽減にご協力をお願いします！

診療・検査医療機関では、当日の来院を断らざるを得ない、電話がつながりにくい、患者が殺到するなどの事例が増加しており、休日に限らず外来受診までに時間を要する状況が続いていることから、8月8日に「医療非常事態宣言」を発出しました。

重症化リスクが高い方や症状が重い方が適切な医療を受けることができるよう、「医療非常事態宣言」発出中は、以下の点について皆様のご協力をお願いします。



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
©アルクマ

## 新型コロナウイルス感染症が疑われる

**のどの痛み、せき、発熱などの症状**がある場合は、

出勤や登校なども含めて外出を控え、以下を目安に対応してください

### 重症化リスクが低い方で 症状が軽い方

**あわてて受診する必要はありません**

重症化リスクが低い方で症状が軽い方には、以下の全てを満たす方が該当します

65歳未満、基礎疾患(下記参照)なし、妊娠していない、症状が軽い(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)

- ▶ 検査を目的とした受診は避け、発熱の症状がある場合は市販薬(解熱鎮痛薬、総合感冒薬など)を利用してください
- ▶ 症状の改善が見られない場合は、夜間休日は混雑するため、できるだけ平日の日中に受診をお願いします
- ▶ 市販薬によりいったん症状が落ち着いても感染している場合があるため、1週間程度は健康観察と感染拡大防止にご配慮ください
- ▶ 20~40代の方は、webによる抗原定性検査キットの申し込みが可能ですので積極的にご活用ください

### 重症化リスクが高い方 症状が重い方

**速やかにかかりつけ医や診療・検査  
医療機関へ相談、受診が必要です**

重症化リスクが高い方、症状が重い方には、以下が1つでも当てはまる方が該当します

65歳以上、基礎疾患(下記参照)がある、妊娠中、ワクチン未接種、症状が重い(水分が飲めない、ぐったりして動けない、呼吸が苦しい・速い、乳幼児で顔色が悪い・機嫌が悪くあやしてもおさまらない)

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、急に息苦しくなった

→このような場合は、**ためらわず救急車を呼んでください**

救急要請の判断に迷う場合はかかりつけ医へ相談するか、  
相談窓口(子ども医療電話相#8000)などを活用ください

こどもの救急



救急車利用リーフレット  
(高齢者・成人、子供版)



参考：限りある医療資源を有効活用するための医療機関受診及び救急車利用に関する4学会声明

## 基礎疾患に該当する疾患

悪性腫瘍、慢性呼吸器疾患(COPD等)、慢性腎臓病、糖尿病、心血管疾患、脳血管疾患、固形臓器移植後の免疫不全、免疫抑制・調整薬の使用、HIV感染症等の他、肥満(BMI30以上)も該当します

20~40代のうち、軽症で医療機関を受診しない予定の方は、  
webによる抗原定性検査キットの申し込み、陽性確定  
の登録が可能ですので、積極的にご活用ください。



判断に迷うこと相談したいことがある場合は  
受診・相談センター(県内12か所)へ

相談窓口一覧→



※新型コロナウイルス感染症と診断されていない方は、療養証明書等の発行ができません

■お問合せ TEL 026-232-0111 (長野県感染症対策課 内線 4142 または 長野県新型コロナウイルス感染症対策室 内線 4705)