

新型コロナウイルス感染症の軽症者等に係る自宅療養について

現在、大阪府では新型コロナウイルス感染症の感染者数が増加しています。重症者等に対する十分な医療提供体制の確保のため、症状がない方・医学的に症状の軽い方には、PCR検査の結果が陽性であっても、自宅での安静・療養を行っていただく場合があります。

自宅での安静・療養期間中は、保健所等が健康観察を行いますのでご安心ください。

自宅安静・療養の対象となる方

以下を全て満たす方については、自宅安静・療養の対象となります。

- 無症状者病原体保有者及び軽症患者（以下「軽症者等」）かつ、感染防止にかかる留意点が遵守できる方
- ①～⑤のいずれにも該当しない方
 - ①高齢者（概ね70歳以上の方）
 - ②基礎疾患がある方
（糖尿病、心疾患または呼吸器疾患を有する方、透析加療中の方など）
 - ③免疫抑制状態である方（免疫抑制剤や抗がん剤を使用している方）
 - ④妊娠している方
 - ⑤同居者の中に、上記①～④に該当する方がいる方
- 帰国者・接触者外来等の医師が、入院の必要はないと判断した方
- 保健所が、自宅での安静・療養を行うことが可能と判断した方

実際に自宅安静・療養を行っていただくにあたっては、お住まいの地域を管轄する保健所による聞き取り等を踏まえ、総合的に判断します

自宅安静・療養期間中の健康観察について

- 健康観察はお住まいの地域を管轄する保健所が行います。
- 毎日、1日2回自身の健康状態を観察してください。また、1日1回保健所が健康状態を電話等で確認します。
- 自宅安静・療養は、原則として14日間発熱等の症状が無い場合は解除になります。ただし、最終的な判断は保健所長が行いますので、毎日の健康観察を必ず報告してください。
- 症状（発熱、咳、鼻水など）が悪化した際は、ただちに保健所に報告してください。特に発熱がある場合は必ずご連絡をお願いします。
- 軽症者等の同居者は、基本的に濃厚接触者に当たります。同居者に症状があれば保健所に報告してください。
- その他、体調の変化や受診についてのご相談は、保健所へご連絡ください。



自宅安静・療養にあたっての留意点

(1) 共通の留意事項

①軽症者等は自宅から外出しない（※外出をしないことが前提です）

②外部からの訪問者は受け入れない

(2) 同居者がいる場合の注意事項

①部屋を分ける

（食事や就寝も別室にし、感染者は極力部屋から出ないこと）

②軽症者等はマスクをつける

（使用したマスクは部屋から持ち出さないこと）

③こまめに石鹸で手を洗う

④リネン・食器・歯ブラシの共用はしない

（特にタオルは、トイレ・洗面所などで共有しないこと）

⑤入浴は家族の中で最後に行く

⑥軽症者等のお世話をする同居者はできるだけ限られた方にする

⑦同居者は、軽症者等の体液や汚物に触れる場合はマスク・手袋をし、接触後は石鹸による手洗いをする

⑧軽症者等が手で触れる共有部分を消毒する

（ドアの取っ手・ノブ・照明のスイッチ・ベッド柵等は薄めた市販用の塩素系漂白剤や家庭用除菌用スプレーで1日1回以上拭いた後、水拭きしましょう。トイレ・浴室・洗面所は、通常の家用品用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒し、換気を行いましょう。）

⑨リネン、衣類等は通常洗濯用洗剤で洗濯し、しっかり乾燥する

⑩ゴミは袋に入れて密閉して捨てる。



参考

消毒液（次亜塩素酸ナトリウムの希釈液）の作り方

※市販の次亜塩素酸ナトリウム製剤は濃度が濃いので、
使用時には0.05%程度に薄めて使用してください。

| 使用濃度 | 原液濃度 | 方法 | 使用目的 |
|-------|------|---------------------|--|
| 0.05% | 6% | 3Lの水に対して 原液 25ml | ドアノブ、照明のスイッチ、机、椅子、 電話機、コピー機のボタン、エレベーターのボタン等 |

市販の次亜塩素酸ナトリウム製剤

| 濃度 | 商品名 |
|----|----------------------|
| 1% | ミルトン等 |
| 5% | ハイター、ブリーチ等 |
| 6% | ピューラックス、 アサヒラックス等 |

- ・使用時は、マスクや手袋をしてください。
- ・ペーパータオル等に十分に薬液を含ませて拭いた後、水拭きしてください。
- ・希釈した次亜塩素酸ナトリウム溶液は、その都度使い切ってください。

