

透析治療を受けている皆様へ

新型コロナウイルス感染症予防についてのお知らせ

透析治療を受けている方は、感染した場合、重症化しやすいと言われています。
お一人お一人が感染予防に努めた行動をとることが、ご自身の命を守るために大切です。

新型コロナ対策 10ヶ条 (参考：R2.4.30 栃木県透析医会作成)

1. 無症状でもウイルスがついているかもという前提で警戒！
2. 社会的距離を習慣づけよう！
3. 正しい手洗い（隅々まで擦り洗い）20～30秒！
 - ①帰宅直後、調理直前、飲食直前、トイレ前後、建物の出入際
 - ②洗った手で、汚れた蛇口を触らない。蛇口も一緒に洗う。
4. 清潔なマスクを正しく着用（唾液や鼻水を飛ばさない）！
5. 飲食は当分「孤食」・「ぼっち飯」が安全（家庭でも）。
 - ①手づかみ飲食は危険！
 - ②複数人で食べる時は、対面着座を避ける。
6. トイレやロッカー、下駄箱も感染リスクかも？
7. 服や髪にもくっつきます！帰宅後は、手洗い、着替え、シャワーを。
8. 朝晩の体温測定と記録！
 - ①自分の平熱の変動幅を知ろう。
 - ②平熱の上限より0.5℃高い場合は、「黄色信号」なので、医療スタッフに報告を！
9. 家の中でも体を毎日動かそう！
10. 信頼のおける情報入手に努めよう！



発熱などの症状が出た際の相談について

症状がある場合は、速やかにかかりつけ医に電話相談してください。
かかりつけ医等最寄りの医療機関に連絡できない場合は、
受診・相談センター 0570-052-092 に連絡してください。

