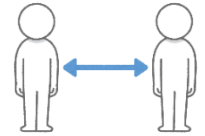


もしかしたら感染したかも

～自分をまもること、周りをまもること～



姫路工学キャンパス新型コロナウイルス感染症総合対策会議

2020.8.12

第二派到来！感染者急増中

東京都の新型コロナウイルスの新規感染者は7月下旬から400人を超え、兵庫県でも7月31日に62人と最多記録を更新し8月12日現在兵庫県の累計感染者数は1692人です。

身近に大学生の感染者のニュースが毎日される中、自らが体調不良となるとコロナにかかったかも？と思われることでしょう。ですが、コロナにかかったかもと慌てて行動をしてしまうことで、自分や周りの方にさらなる被害を加えてしまうかもしれません。新型コロナウイルスにかかったかとも思っても落ち着いて行動できるよう、ここではコロナにかかったかとも思ったときにどうすれば良いかをご紹介します。



神戸新聞 NEXT 2020/8/12

コロナにかかったらどんな症状が出る？



新型コロナウイルスに感染すると、発熱、咳が長引く、痰が絡む、喉が痛い、倦怠感(体のだるさ)といった症状を訴える方が多いことが特徴です。特に咳などの呼吸器系の症状は顕著に見られ、人によっては次第に悪化して呼吸がしづらい、息が苦しい等といった症状が出てきます。



新型コロナウイルスの場合、最もよくある症状として、発熱、倦怠感(体のだるさ)、呼吸器症状(咳・喉の痛み・鼻水・鼻づまりなど)が、感染の疑いがあると見られます。

さらに、特に若い方に顕著にみられているのが嗅覚と味覚の障害です。臭いがしない、味がしないというのが訴えとして多く聞かれるものです。

ですが、これらの症状はすべて風邪やインフルエンザなどでも起こる可能性があるといわれており、新型コロナウイルスによって症状が出ているかどうかを判断することは難しいところです。

また、新型コロナウイルスはかかっていたとしても症状が出現しない無症候ということもあります。



かかったかとも思ったらまず連絡すべきところは？

新型コロナウイルスにかかったかも！と思い立ってもすぐに医療機関を受診してはいけません。上記の症状に該当する方は、最寄りの保健所などに設置される「相談窓口」に電話で相談して下さい。コロナウイルスにかかったかもと病院へ直行してしまつては他の患者さんにうつしてしまい、感染を拡大させる可能性があります。もしも、コロナウイルスに感染している可能性があるという場合には、コロナウイルスの患者さんを専門的に検査、治療する医療機関が紹介されるため、そちらを受診して下さい。このコロナウイルスの方を専門的に検査、治療する医療機関は現在のところ公表されていません。ですので必ず電話で問い合わせをして確認をするようにして下さい。

また、コロナウイルスを専門的に治療するところを知っているという方であっても、相談窓口が判断する前に受診をされてしまうと、まだコロナウイルスにかかっていなかったのにコロナウイルスに感染する可能性もありますので、自己判断での受診は控えて下さい。

どんな準備をして行けばいい？検査してすぐ入院になることは？



検査をしてコロナウイルスに感染していたとしてもその症状によって入院となるかどうかは決まります。高熱が続いていたり、呼吸器症状が強く出ているという場合には入院をして治療をすることが必要となりますが、ただ陽性判定が出ただけでは自宅療養あるいはホテルなどでの療養となる可能性もあります。

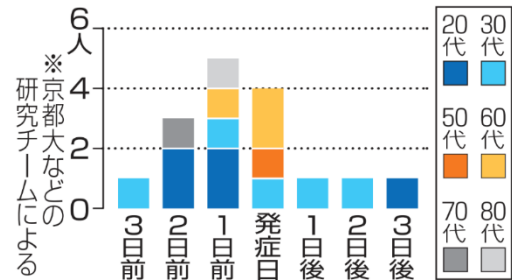
また、もしも入院あるいはホテルでの療養となった場合、自分が自宅に戻って入院の準備をするということは感染拡大が懸念されるためできません。ですので、症状が重く、入院が懸念される場合にはあらかじめ入院セットを準備し、家族などに持ってきてほしいものを伝えておくといでしょう。

症状と療養場所の目安

(専門家への取材に基づく)

対象者、 症状、 療養場所	高熱があっても水分や食事は取れる(軽症)	息苦しい、水分や食事が取れない	高齢者、持病があるなど重症化のリスクが高い
療養場所	自宅や宿泊施設	病院に入院して治療	病院に入院して治療

感染源となった人が他人にうつした日と発症日の関係



風邪症状があるときにどうしても外出しないといけない場合

少しでも風邪症状があるときは外出を控えなければいけません。例えば一人暮らしで、生活必需品の買い物や通院など、止むを得ず外出し、人と接触することもあると思います。その際に気をつけることは、まず可能な限りソーシャルディスタンス(他の人と約2m距離を置く)を心がけることです。そして可能な限り3密(密閉、密集、密接)を回避することです。



マスクをしよう

- マスクをすること
 - 一切話をしないこと
 - 短時間で用を済ませ、手指消毒を徹底すること
 - 人ごみを避けること、混んでいる時間には外出しないこと
 - 初めて受診するときは電話をしてから受診すること
- (①相談窓口、②かかりつけ医か相談窓口で指示された医療機関)



手を洗おう

姫路工学キャンパスへの連絡について

姫路工学キャンパスでは、「発熱はもちろんのこと、風邪症状がある時は、まずは自宅で療養して自治体の相談窓口に電話して下さい」と繰り返しお伝えしています。また、あわせて次のページの連絡先に連絡をしていれば、欠席や欠勤になることはありません。必ず連絡をして指導教員や上司の指示に従ってください。

くれぐれも会食を伴う集まりや、マスクをせずに2m以内で向き合って人と接触をすることのないように心がけて下さい。一人一人の意識や心配りが、自分自身を守り、ウイルスの拡散や感染拡大を防ぐことができます。

(引用、参考)

クリニックフォアグループニュース 2020/5/5 <https://www.clinicfor.life/articles/covid-015/>

同 2020/7/22 <https://www.clinicfor.life/articles/covid-050/>

LINEnews 「実際にかかったら？体験談から知る新型コロナの症状」2020/7/20 <https://news.line.me/issue/coronavirustips/21e66f17a924>

NHK 特設サイト新型コロナウイルス 2020/7/27 <https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/>

注意する人

発熱等の風邪の症状が見られるときは、大学への通学や通勤はおやめ下さい

以下の人はコロナの相談窓口にご連絡してください。**2020/5/4 基準が変わりました**


比較的軽い風邪の症状が続いている(4日以上は必ず)

息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)や高熱がある人(すぐに連絡)

高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患、人工透析者、免疫抑制剤利用者の軽い風邪症状(すぐに連絡)

相談窓口(風邪症状)

2020/7/1 受付時間が変わりました

名称	専用電話番号	受付時間
姫路市新型コロナウイルス相談窓口	079-289-0055	平日 9:00~19:00 土日祝 9:00~17:00
兵庫県コールセンター	078-362-9980	9:00~20:00
神戸市新型コロナウイルス専用健康相談窓口	078-322-6250	24 時間
兵庫県 LINE 公式アカウント「兵庫県-新型コロナ対策パーソナルサポート」 https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk26/covid19_line.html		

姫路工学キャンパスへの連絡窓口(感染が疑われる場合や欠席・欠勤連絡を含む)

【学生】 体調不良のときは、授業を欠席するかどうかにかかわらず、必ずいずれかの下記窓口へご連絡してください

名称	専用電話番号	受付時間
電気電気情報工学科、電気工学専攻、電子情報工学専攻	abs-L@eng.u-hyogo.ac.jp	24 時間
機械・材料工学科、機械工学専攻、材料放射工学専攻	abs-K@eng.u-hyogo.ac.jp	24 時間
応用化学工学科、応用化学専攻、化学工学専攻	abs-O@eng.u-hyogo.ac.jp	24 時間
学務課 (出水学務課長)	079-267-4826	平日 8:30~18:00
保健室 (八木)	079-267-4820	平日 8:30~18:00
休日、時間外窓口	080-2401-9779	夜間・休日

【教員】 研究科長もしくは専攻長もしくは下記へ

名称	専用電話番号	受付時間
総務課 (長谷川経営部次長)	079-267-4805	平日 8:30~18:00
総務課 (種谷)	079-267-4808	平日 8:30~18:00
休日、時間外窓口	080-2401-9779	夜間・休日

感染症拡大防止に
ご協力ください



【職員】

名称	専用電話番号	受付時間
総務課 (長谷川経営部次長)	079-267-4805	平日 8:30~18:00
総務課 (種谷)	079-267-4808	平日 8:30~18:00
学務課、工作課(出水学務課長兼工作課長)	079-267-4826	平日 8:30~18:00
休日、時間外窓口	080-2401-9779	夜間・休日